叶兴阳Yeh

双语音标有声读物

叶兴阳

双音阅读英语教育创始人

双语音标阅读创始人

注音阅读英语教育之父

注音阅读英语教育之父

叶兴阳双语音标有声读物

双语对照 · 音标注音 · 有声同步

编者：*叶兴阳*

内容来源：*公共领域英文原著*

适用对象：*英语学习者、教师、研究者*

版本日期：*2025 年*

目录

共 3 个章节

1. 选自萨米阿姨的广播食谱和美国(selections From Aunt Sammy's Radio Recipes) 000001

2. 选自萨米阿姨的广播食谱和美国(selections From Aunt Sammy's Radio Recipes) 000002

3. 选自萨米阿姨的广播食谱和美国(selections From Aunt Sammy's Radio Recipes) 000003

使用说明

- 本目录为大字打印优化版本，正文字号 18pt，适合纸质阅读
- 电子版请访问对应 HTML 文件，支持语音播放功能
- 建议双面打印，左侧留白已优化，便于装订
- 章节标题已按字母顺序排列，便于快速查找

选自萨米阿姨的广播食谱和美国(Selections from Aunt Sammy's Radio Recipes)

[si'lekʃənz]	[frʌm; frəm]
SELECTIONS	**FROM**
选择	从

精选

[ænt]	['sæmiz]	['reɪdioʊ]	['resəpɪz]
AUNT	**SAMMY'S**	**RADIO**	**RECIPES**
阿姨	萨米的	收音机	食谱

萨米阿姨的广播食谱

[ænd; ənd]	[ˌjuˌɛsˌdi'eɪ]	['feivərits]
AND	**USDA**	**FAVORITES**
和	美国农业部	收藏夹

以及美国农业部最喜爱的品种

[ju'naɪtɪd]	[steɪts]	[dɪ'pɑːrtmənt]	[ʌv; əv]	['ægrɪkʌltʃər]
UNITED	**STATES**	**DEPARTMENT**	**OF**	**AGRICULTURE**
团结的	各州	部门	的	农业

美国农业部

['saɪəns]	[ænd; ənd]	[ˌedʒu'keɪʃ(ə)n]	[ədˌmɪnɪ'streɪʃn]
SCIENCE	**AND**	**EDUCATION**	**ADMINISTRATION**
科学	和	教育	行政

科学与教育管理

[hoʊm]	[ænd; ənd]	['gɑːrdn]	['bʊlətɪn]	[noʊ]	.	-
HOME	**AND**	**GARDEN**	**BULLETIN**	**NO**	**.**	**215**
家	和	花园	公告	不	.	-

家居园艺简报第215期

['ɪʃuːd]	['ɔːgəst]	,	-
Issued	**August**	**,**	**1976**
发布	八月	,	-

发布日期：1976年8月

[prɪ'perd]	[baɪ]
Prepared	**by**
准备	经过

编制

[kən'suːmər]	[ænd; ənd]	[fuːd]	[ˌiːkə'nɑːmɪks]	['ɪnstɪtuːt]
Consumer	**and**	**Food**	**Economics**	**Institute**
消费者	和	食物	经济学	研究所

消费者与食品经济研究所

['saɪəns]	[ænd; ənd]	[ˌedʒu'keɪʃ(ə)n]	[ədˌmɪnɪ'streɪʃn]
Science	**and**	**Education**	**Administration**
科学	和	教育	行政

科学与教育管理

[fɔːr; fər]	[seɪl]	[baɪ]	[ðə; ði]	[ˌsuːpərɪn'tendənt]	[ʌv; əv]	['dɑːkjuments]	,	[juː]	.	[es]	.	['gʌvərnmənt]	['prɪntɪŋ]	['ɑːfɪs]
For	**sale**	**by**	**the**	**Superintendent**	**of**	**Documents**	**,**	**U**	**.**	**S**	**.**	**Government**	**Printing**	**Office**
为了	销售	经过	这	校长	的	文件	,	U	.	S	.	政府	印刷	办公室

由美国政府印刷局文件主管办公室出售

['wɑːʃɪŋtən]	,	[diː]	.	[siː]	.	-
Washington	**,**	**D**	**.**	**C**	**.**	**20402**
华盛顿	,	D	.	C	.	-

华盛顿特区 20402

[stɑːk]	['nʌmbər]	-	-	-	-	-	-
Stock	**Number**	**001**	**-**	**000**	**-**	**03523**	**-**	**11**
库存	数字	-	-	-	-	-	-	-

库存编号 001-000-03523-11

[ænt]	['sæmi]	[keɪm]	[tuː; tə]	[laɪf]	[wɪð; wɪθ]	[ðə; ði]	[fɜːrst]	['reɪdioʊ]	['brɔːdkæst]	[ʌv; əv]	“	['haʊsˌkiːpərz]	[tʃæt]
Aunt	**Sammy**	**came**	**to**	**life**	**with**	**the**	**first**	**radio**	**broadcast**	**of**	**“**	**Housekeeper's**	**Chat**
阿姨	萨米	来了	到	生活	和	这	第一的	收音机	播送	的	“	管家的	聊天

”	[ɑːn]	[ɑːk'toʊbər]	[fɔːr]	,	-	.
”	**on**	**October**	**4**	**,**	**1926**	**.**
”	在	十月	4	,	-	.

1926 年 10 月 4 日，广播节目“管家闲聊”首次播出，萨米阿姨这个角色由此诞生。

[ðə; ði]	['kærəktər]	[ʌv; əv]	[ænt]	['sæmi]	—	[waɪf]	[ʌv; əv]	['ʌŋk(ə)l]	[sæm]	—	[wʌz; wəz]	[kri'eɪtɪd]	[baɪ]	[ðə; ði]
The	**character**	**of**	**Aunt**	**Sammy**	**—**	**wife**	**of**	**Uncle**	**Sam**	**—**	**was**	**created**	**by**	**the**
这	特点	的	阿姨	萨米	—	妻子	的	叔叔	山姆	—	曾是	创建	经过	这

[ˌjuˌɛsˌdi'eɪ]	['bjʊroʊ]	[ʌv; əv]	[hoʊm]	[ˌiːkə'nɑːmɪks]	[ænd; ənd]	[ðə; ði]	['reɪdioʊ]	['sɜːrvɪs]	.
USDA	**Bureau**	**of**	**Home**	**Economics**	**and**	**the**	**Radio**	**Service**	**.**
美国农业部	局	的	家	经济学	和	这	收音机	服务	.

山姆大叔的妻子山姆阿姨这个角色是由美国农业部家庭经济局和广播服务公司共同创作的。

['meni]	['wɪmɪn]	[ə'krɔːs]	[ðə; ði]	['kʌntri]	[pleɪd]	[ðə; ði]	[pɑːrt]	[æz; əz]	[ðeɪ]	[spoʊk]	['ɪntuː]	[ðə; ði]
Many	**women**	**across**	**the**	**country**	**played**	**the**	**part**	**as**	**they**	**spoke**	**into**	**the**
许多	女性	穿过	这	国家	玩	这	部分	作为	他们	辐	进入	这

['maɪkrəfəʊnz]	[ʌv; əv]	['loʊk(ə)l]	['reɪdioʊ]	['steɪʃənz]	.
microphones	**of**	**local**	**radio**	**stations**	**.**
麦克风	的	当地的	收音机	车站	.

全国各地许多女性都扮演了这一角色，她们对着当地广播电台的麦克风讲话。

[ðə; ði]	['haɪlaɪts]	[ʌv; əv]	[ænt]	['sæmiz]	[ʃoʊ]	[wɜːr; wər]	[ðə; ði]	['mɛnjuːz]	[ænd; ənd]	['resəpɪz]	,
The	**highlights**	**of**	**Aunt**	**Sammy's**	**show**	**were**	**the**	**menus**	**and**	**recipes**	**,**
这	亮点	的	阿姨	萨米的	展示	是	这	菜单	和	食谱	,

萨米阿姨节目的亮点是菜单和食谱。

[bʌt; bət]	[ænt]	['sæmi]	['ɔːlsoʊ]	[tɔːkt]	[ə'baʊt]	['kloʊðɪŋ]	,	['fɜːrnɪtʃər]	,	[ə'plaɪənsɪz]	,	[ænd; ənd]	['ʌðər]
but	**Aunt**	**Sammy**	**also**	**talked**	**about**	**clothing**	**,**	**furniture**	**,**	**appliances**	**,**	**and**	**other**
但	阿姨	萨米	还	谈话	关于	衣服	,	家具	,	电器	,	和	其他

['fæməli]	[ænd; ənd]	['haʊshoʊld]	['mætərz]	.
family	**and**	**household**	**matters**	**.**
家庭	和	家庭	事情	.

但萨米阿姨也谈到了衣服、家具、电器以及其他家庭和家务事。

[ænt]	['sæmi]	['wɔznt]	[dʒʌst]	[ə; eɪ]	['hoʊmbɑːdi]	,	[haʊ'evər]	.
Aunt	**Sammy**	**wasn't**	**just**	**a**	**homebody**	**,**	**however**	**.**
阿姨	萨米	不是	只是	一个	宅男宅女	,	然而	.

然而，萨米阿姨并不是一个宅女。

[ʃiː; ʃi]	['kɑːmɛntəd]	[ɑːn]	[wɜːrld]	[ə'ferz]	,	[rɪ'pɔːrtɪd]	[ðə; ði]	['leɪtɪst]	[fædz]	,	[ænd; ənd]	[toʊld]	[dʒoʊks]	.
She	**commented**	**on**	**world**	**affairs**	**,**	**reported**	**the**	**latest**	**fads**	**,**	**and**	**told**	**jokes**	**.**
她	评论	在	世界	事务	,	据报道	这	最新的	时尚潮流	,	和	讲述	笑话	.

她评论世界大事，报道最新潮流，还讲笑话。

[ðə; ði] [tɔːk] [muːvd] ['iːzəli] [frʌm; frəm] [wʌn] ['sʌbdʒekt] [tuː; tə] [ə'nʌðər] , ['ɔːlweɪz] ['nætʃ(ə)rəl] [ænd; ənd]

The	talk	moved	easily	from	one	subject	to	another	,	always	natural	and
这	讲话	已搬	容易地	从	一	主题	到	其他	,	总是	自然的	和

[ˌentər'teɪnɪŋ] [æz; əz] [wel] [æz; əz] [ɪn'fɔːrmətɪv] .

entertaining	as	well	as	informative	.
娱乐	作为	出色地	作为	信息丰富的	.

谈话内容自然流畅，从一个话题过渡到另一个话题，既生动有趣又富有启发性。

[ænt] ['sæmi] [suːn] [bɪ'keɪm] ['pɑːpjələr] .

Aunt	Sammy	soon	became	popular	.
阿姨	萨米	很快	成为	受欢迎的	.

萨米阿姨很快就受欢迎了。

[baɪ] [ðə; ði] [end] [ʌv; əv] [ðə; ði] [fɜːrst] [jɪr] [hɜːr; hər] ['proʊgræm] [wʌz; wəz] ['kærid] [baɪ] - ['reɪdioʊ] ['steɪʃənz] .

By	the	end	of	the	first	year	her	program	was	carried	by	43	radio	stations	.
经过	这	结尾	的	这	第一的	年	她	程序	曾是	携带	经过	-	收音机	车站	.

第一年结束时，她的节目已被 43 家广播电台播出。

[baɪ] - , - ['steɪʃənz] [wɜːr; wər] ['brɔːdkæstɪŋ] [ænt] ['sæmiz] [ʃoʊ] .

By	1932	,	194	stations	were	broadcasting	Aunt	Sammy's	show	.
经过	-	,	-	车站	是	广播	阿姨	萨米的	展示	.

到 1932 年，已有 194 个电台播出萨米阿姨的节目。

[ə; eɪ] ['nʌmbər] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['steɪʃənz] [wɜːr; wər] ['brɔːdkæstɪŋ] [ðə; ði] [ʃoʊ] [faɪv] [taɪmz] [ə; eɪ] [wiːk] .

A	number	of	the	stations	were	broadcasting	the	show	five	times	a	week	.
一个	数字	的	这	车站	是	广播	这	展示	五	时代	一个	星期	.

一些电视台每周播出该节目五次。

['meni] ['lɪsənɝz, 'lɪsnɝz] [roʊt] [fɔːr; fər] ['kɑːpiz] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['resəpɪz] ,

Many	listeners	wrote	for	copies	of	the	recipes	,
许多	听众	写道	为了	副本	的	这	食谱	,

许多听众来信索要食谱副本，

[ænd; ənd] [ðə; ði] ['bjʊroʊ] [ʌv; əv] [hoʊm] [ˌiːkə'nɑːmɪks] ['ænsər] [ðiːz] [ri'kwests] [wɪð; wɪθ] ['wiːkli]

and	the	Bureau	of	Home	Economics	answered	these	requests	with	weekly
和	这	局	的	家	经济学	回答	这些	请求	和	每周

['mɪmɪəgræf] [ʃiːts] .

mimeographed	sheets	.
油印	纸张	.

而家庭经济局则以每周油印表格的形式答复这些请求。

[ɪn] - [ðə; ði] [moʊst] ['pɑːpjələr] ['resəpɪz] [wɜːr; wər] [ə'sembld] ['ɪntuː] [ə; eɪ] ['pæmflət] .

In	1927	the	most	popular	recipes	were	assembled	into	a	pamphlet	.
在	-	这	最多	受欢迎的	食谱	是	组装	进入	一个	小册子	.

1927年，最受欢迎的食谱被汇编成册。

[ðə; ði] [dɪ'mænd] [wʌz; wəz] [soʊ] [greɪt] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [hæd; həd] [tuː; tə] [biː; bi] ['riːˌprɪntid] ['æftər] ['oʊnli] [ə; eɪ]

The	demand	was	so	great	that	it	had	to	be	reprinted	after	only	a
这	要求	曾是	所以	伟大的	那	它	有	到	是	转载	后	仅有的	一个

[mʌnθ] .

month	.
月	.

由于需求量巨大，仅一个月后就不得不重印。

“ [ænt] ['sæmiz] ['reɪdioʊ] ['resəpɪz] ” [wʌz; wəz] [rɪ'vaɪzd] [ænd; ənd] [ɪn'lɑːrdʒd] [θriː] [taɪmz] [bɪ'twiːn]

“	Aunt	Sammy's	Radio	Recipes	”	was	revised	and	enlarged	three	times	between
“	阿姨	萨米的	收音机	食谱	”	曾是	修改	和	放大	三	时代	之间

- [ænd; ənd] - .

1927	and	1931	.
-	和	-	.

《萨米阿姨的广播食谱》在 1927 年至 1931 年间进行了三次修订和扩充。

[ɪn] - [ˌaɪ 'tiː] [bɪ'keɪm] [ðə; ðɪ][fɜːrst] ['kʊkbʊk] ['pʌblɪʃt] [ɪn] [breɪl] .

In	1932	it	became	the	first	cookbook	published	in	braille	.
在	-	它	成为	这	第一的	食谱	已发布	在	盲文	.

1932年，它成为第一本用盲文出版的烹饪书。

[ænt] ['sæmi] ['feɪdɪd] [aʊt] ['dʊrɪŋ] [ðə; ðɪ] [greɪt] [dɪ'preʃ(ə)n] .

Aunt	Sammy	faded	out	during	the	Great	Depression	.
阿姨	萨米	褪色	出去	期间	这	伟大的	沮丧	.

萨米阿姨在大萧条时期逐渐销声匿迹。

['æftər] - [ðə; ðɪ] [neɪm] [ænt] ['sæmi] [wʌz; wəz] [noʊ] [lɔːŋgər] [juːst] .

After	1934	the	name	Aunt	Sammy	was	no	longer	used	.
后	-	这	姓名	阿姨	萨米	曾是	不	更长	用过的	.

1934 年后，萨米阿姨这个名字就不再使用了。

[ðə; ðɪ]['reɪdioʊ] [ʃoʊ] [bɪ'keɪm] ['draɪər][ænd; ənd] [mɔːr] ['fæktʃuəl][ænd; ənd][wʌz; wəz] [ˌriː'neɪmd] “

The	radio	show	became	drier	and	more	factual	and	was	renamed	“
这	收音机	展示	成为	烘干机	和	更多的	事实	和	曾是	更名	”

['hoʊmmeɪkər] [tʃæts] .

Homemaker	Chats	.
家庭主妇	聊天	.

广播节目变得更加枯燥乏味，更加注重事实，并更名为“家庭主妇聊天室”。

” [ɪn] - [ˌaɪ 'tiː][wʌz; wəz] [ˌdɪskən'tɪnjuːd] .

”	In	1946	it	was	discontinued	.
”	在	-	它	曾是	已停产	.

“1946年停产。”

[tə'deɪ] ,

Today	,
今天	,

今天，

[kən'suːmərz][ɑːr; ər] [stɪl] ['lʊkɪŋ] [tuː; tə][ˌjuˌɛsˌdi'eɪ][fɔːr; fər][ˌɪnfər'meɪʃ(ə)n][ɑːn] [haʊ] [tuː; tə] [meɪk] [ðə; ðɪ]

consumers	are	still	looking	to	USDA	for	information	on	how	to	make	the
消费者	是	仍然	寻找	到	美国农业部	为了	信息	在	如何	到	制作	这

[best] [juːz][ʌv; əv][ðə; ðɪ] [fuːd] [ə'veɪləb(ə)l][tuː; tə][ðem; ðəm] .

best	use	of	the	food	available	to	them	.
最好的	使用	的	这	食物	可用的	到	他们	.

消费者仍然希望从美国农业部获得如何最好地利用现有食物的信息。

[ə; eɪ] ['riːsɜːrtʃ] ['proʊgræm][ɪn][ðə; ðɪ][kən'suːmər][ænd; ənd] [fuːd] [ˌiːkə'nɑːmɪks] ['ɪnstɪtuːt] [ʌv; əv][ðə; ðɪ]

A	research	program	in	the	Consumer	and	Food	Economics	Institute	of	the
一个	研究	程序	在	这	消费者	和	食物	经济学	研究所	的	这

['saɪəns] [ænd; ənd][ˌedʒu'keɪʃ(ə)n] [ədˌmɪnɪ'streɪʃn] [prə'vaɪdz] [ðə; ðɪ]['beɪsɪs][fɔːr; fər] ['nuːmərəs] ['læbrətɔːri] -

Science	and	Education	Administration	provides	the	basis	for	numerous	laboratory	-
科学	和	教育	行政	提供	这	基础	为了	很多的	实验室	-

['testɪd] ['resəpɪz] .

tested	recipes	.
测试	食谱	.

科学与教育管理局消费者与食品经济研究所的一项研究计划为众多经过实验室测试的食谱提供了基础。

['kɜːrənt] ['resəpɪz] ['emfəsaɪz] [taɪm] - ['seɪvɪŋ] [tek'niːks] , moneysaving2

Current	recipes	emphasize	time	-	saving	techniques	,	moneysaving2
当前的	食谱	强调	时间	-	保存	技术	,	moneysaving2

目前的食谱强调省时省钱的技巧[2]

[ɪn'griːdiənts] , [ænd; ənd] [gʊd] [nu'trɪʃ(ə)n] .

ingredients	,	and	good	nutrition	.
原料	,	和	好的	营养	.

成分天然，营养丰富。

[teɪst] ['pænlz] [ɑːr; ər] [juːst] [tuː; tə] [ɪ'væljueɪt] [nuː] ['resəpɪz] .

Taste	**panels**	**are**	**used**	**to**	**evaluate**	**new**	**recipes**	**.**
品尝	面板	是	用过的	到	评价	新的	食谱	.

品尝小组用于评估新食谱。

[ruːθ] [væn] ['diːmən] , [wʌn] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['ɔːθəz] [ʌv; əv] [ðə; ði] [ə'rɪdʒən(ə)l] “ [ænt] ['sæmiz] ['reɪdioʊ]

Ruth	**Van**	**Deman**	**,**	**one**	**of**	**the**	**authors**	**of**	**the**	**original**	**“**	**Aunt**	**Sammy's**	**Radio**
露丝	范	需求	,	一	的	这	作者	的	这	原来的	“	阿姨	萨米的	收音机

['resəpɪz] .

Recipes	**.**
食谱	.

Ruth Van Deman，原版《萨米阿姨的广播食谱》的作者之一。

” ['fæni] ['wɔːkər] ['jiːtmən] [wʌz; wəz] [ðə; ði] ['ʌðər] ['ɔːθər] .

”	**Fannie**	**Walker**	**Yeatman**	**was**	**the**	**other**	**author**	**.**
”	房利美	沃克	叶特曼	曾是	这	其他	作者	.

另一位作者是范妮·沃克·叶特曼。

['riːsɜːrtʃ] [hæz; həz] [prə'vaɪdɪd] [ə; eɪ] [gruːp] [ʌv; əv] [prbli'keiʃnz] [fɔːr; fər] [ðə; ði] [kən'suːmər] [ɑːn] [spə'sɪfɪk]

Research	**has**	**provided**	**a**	**group**	**of**	**publications**	**for**	**the**	**consumer**	**on**	**specific**
研究	有	假如	一个	团体	的	出版物	为了	这	消费者	在	具体的

[fuːdz] [sʌtʃ] [æz; əz] [fruːts] ,

foods	**such**	**as**	**fruits**	**,**
食物	这样的	作为	水果	,

研究已经为消费者提供了一系列关于特定食品（例如水果）的出版物，

['vedʒtəb(ə)lz] , [egz] , [biːf] , ['poʊltri] , [tʃiːz] , [mɪlk] , [ænd; ənd] ['sɔɪbiːnz] .

vegetables	**,**	**eggs**	**,**	**beef**	**,**	**poultry**	**,**	**cheese**	**,**	**milk**	**,**	**and**	**soybeans**	**.**
蔬菜	,	鸡蛋	,	牛肉	,	家禽	,	奶酪	,	牛奶	,	和	大豆	.

蔬菜、鸡蛋、牛肉、家禽、奶酪、牛奶和大豆。

[ðə; ði] ['sɪriːz] [ɪz] [dɪ'zaɪnd] [tuː; tə] [gɪv] [ˌɪnfər'meɪʃ(ə)n] [ə'baʊt] ['baɪɪŋ] , ['stɔːriŋ] , [ænd; ənd] ['juːzɪŋ]

The	**series**	**is**	**designed**	**to**	**give**	**information**	**about**	**buying**	**,**	**storing**	**,**	**and**	**using**
这	系列	是	设计	到	给	信息	关于	购买	,	存储	,	和	使用

[spə'sɪfɪk] [kə'mɑːdətiz] .

specific	**commodities**	**.**
具体的	商品	.

该系列旨在提供有关购买、储存和使用特定商品的信息。

[ðiːz] [ænd; ənd] ['ʌðər] [prbli'keiʃnz] [help] [kən'suːmərz] [juːz] [ə; eɪ] [waɪd] [və'raɪəti] [ʌv; əv] [fuːdz] [tuː; tə]

These	**and**	**other**	**publications**	**help**	**consumers**	**use**	**a**	**wide**	**variety**	**of**	**foods**	**to**
这些	和	其他	出版物	帮助	消费者	使用	一个	宽的	种类	的	食物	到

[əb'teɪn] [nu'trɪʃəs] ,

obtain	**nutritious**	**,**
获得	营养丰富的	,

这些出版物以及其他出版物帮助消费者利用各种各样的食物来获取营养，

['æpɪtaɪzɪŋ] , [ænd; ənd] [ˌiːkə'nɑːmɪk(ə)l] [miːlz] .

appetizing	**,**	**and**	**economical**	**meals**	**.**
令人垂涎的	,	和	经济	餐	.

美味又实惠的餐点。

[prə'vaɪdɪŋ] [də'rekʃ(ə)nz] [fɔːr; fər] [hoʊm] ['kænɪŋ] [ænd; ənd] ['friːzɪŋ] [ɪz] [ə'nʌðər] ['sɜːrvɪs] [ʌv; əv] [ðə; ði]

Providing	**directions**	**for**	**home**	**canning**	**and**	**freezing**	**is**	**another**	**service**	**of**	**the**
提供	方向	为了	家	罐头	和	冷冻	是	其他	服务	的	这

[kən'suːmər] [ænd; ənd] [fuːd] [ˌiːkə'nɑːmɪks] ['ɪnstɪtuːt] .

Consumer	**and**	**Food**	**Economics**	**Institute**	**.**
消费者	和	食物	经济学	研究所	.

消费者和食品经济研究所还提供家庭罐装和冷冻食品制作指南。

[prbli'keiʃnz] [gɪv] [seɪf] [prə'si:dʒərz] [fɔ:r; fər][prə'zɝ:vɪŋ, prɪ'zɝ:vɪŋ, pri:'zɝ:vɪŋ][fru:ts] , ['vedʒtəb(ə)lz] ,

Publications	**give**	**safe**	**procedures**	**for**	**preserving**	**fruits**	**,**	**vegetables**	**,**
出版物	给	安全的	程序	为了	保存	水果	,	蔬菜	,

[mi:ts] , [ænd; ənd] ['poʊltri] .

meats	**,**	**and**	**poultry**	**.**
肉类	,	和	家禽	.

出版物提供了安全保存水果、蔬菜、肉类和家禽的方法。

['meni] ['θaʊzəndz, 'θaʊzənz][ʌv; əv] [ði:z] [prbli'keiʃnz] [hæv; həv] [bɪn] [dɪ'strɪbju:tɪd][tu:; tə][kən'su:mərz] ,

Many	**thousands**	**of**	**these**	**publications**	**have**	**been**	**distributed**	**to**	**consumers**	**,**
许多	数千	的	这些	出版物	有	到过	分布式	到	消费者	,

这些出版物已向消费者分发了数以千计，

[ænd; ənd][ðə; ði] [prə'si:dʒərz] [hæv; həv] [bɪn] ['waɪdli] [ju:st] [baɪ] ['ʌðər] [hu:] [meɪk] [ˌrekəmen'deiʃənz]

and	**the**	**procedures**	**have**	**been**	**widely**	**used**	**by**	**others**	**who**	**make**	**recommendations**
和	这	程序	有	到过	广泛	用过的	经过	其他的	WHO	制作	建议

[tu:; tə][ðə; ði]['pʌblɪk] [ə'baʊt] [fu:d] [ˌprezər'veɪʃ(ə)n] .

to	**the**	**public**	**about**	**food**	**preservation**	**.**
到	这	民众	关于	食物	保存	.

这些方法已被其他向公众提出食品保藏建议的人员广泛采用。

[stɪl] ['ʌðər] [prbli'keiʃnz] [tel] [haʊ] [tu:; tə] [stɔ:r] [fu:d] ['prɑ:pərli] [fɔ:r; fər]['mæksɪməm]['kwɑ:ləti][ænd; ənd]

Still	**other**	**publications**	**tell**	**how**	**to**	**store**	**food**	**properly**	**for**	**maximum**	**quality**	**and**
仍然	其他	出版物	告诉	如何	到	店铺	食物	适当地	为了	最大限度	质量	和

['seɪfti] .

safety	**.**
安全	.

还有一些出版物介绍了如何正确储存食物，以最大限度地保证食物的质量和安全性。

[ðɪs] 50th [ˌænə'vɜ:rsəri; ˌænɪ'vɜ:rsəri]['resəpi] [kə'lekʃ(ə)n] [ɪn'klu:dz] ['resəpɪz][frʌm; frəm] ['kɜ:rənt]

This	**50th**	**anniversary**	**recipe**	**collection**	**includes**	**recipes**	**from**	**current**
这	50th	周年纪念日	食谱	收藏	包括	食谱	从	当前的

[prbli'keiʃnz] [ænd; ənd][ə; eɪ] [sɪ'lekʃ(ə)n] [ʌv; əv]['resəpɪz][frʌm; frəm][ðə; ði][fɜ:rst] [ɪ'dɪʃn] [ʌv; əv] “ [ænt]

publications	**and**	**a**	**selection**	**of**	**recipes**	**from**	**the**	**first**	**edition**	**of**	**“**	**Aunt**
出版物	和	一个	选择	的	食谱	从	这	第一的	版	的	“	阿姨

['sæmiz] ['reɪdioʊ] ['resəpɪz] .

Sammy's	**Radio**	**Recipes**	**.**
萨米的	收音机	食谱	.

这部 50 周年纪念食谱集收录了当前出版物中的食谱以及第一版《萨米阿姨的广播食谱》中的精选食谱。

” [ɔ:l][ʌv; əv] [ði:z] ['resəpɪz][hæv; həv] [bɪn] [ri:'tɛstɪd] [ɪn][ðə; ði] ['læbrətɔ:ri] [ænd; ənd] [faʊnd] [ək'septəb(ə)l]

”	**All**	**of**	**these**	**recipes**	**have**	**been**	**retested**	**in**	**the**	**laboratory**	**and**	**found**	**acceptable**
”	全部	的	这些	食谱	有	到过	重新测试	在	这	实验室	和	成立	可接受

[baɪ] [teɪst] ['pænlz] .

by	**taste**	**panels**	**.**
经过	品尝	面板	.

“所有这些配方都经过实验室重新测试，并被品尝小组认为可以接受。”

['resəpɪz] [frʌm; frəm][ðə; ði] - . . .

RECIPES	**FROM**	**THE**	**1920's**	**.**	**.**	**.**
食谱	从	这	-	.	.	.

20世纪20年代的食谱.....

[su:ps]

Soups
汤

汤

['ʌnjən] [su:p] [ˌeɪ 'ju:] ['grætn]

Onion	**Soup**	**Au**	**Gratin**
洋葱	汤	奥	焗烤

焗烤洋葱汤

[θriː] [kʌps] [miːt] [brɔːθ] .

3	cups	meat	broth	.
3	杯子	肉	肉汤	.

杯肉汤。

[sɪks] ['miːdiəm] - [saɪzd] ['ʌnjənz] , [tʃɑːpt] .

6	medium	-	sized	onions	,	chopped	.
6	中等的	-	尺寸	洋葱	,	切碎	.

6个中等大小的洋葱，切碎。

½ ['tiːspuːn] [sɔːlt] .

½	teaspoon	salt	.
½	茶匙	盐	.

½茶匙盐。

[fɔːr] ['teɪbəlˌspuːnz] ['flaʊər] .

4	tablespoons	flour	.
4	汤匙	面粉	.

4汤匙面粉。

[ˌtuː'tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [koʊld]['wɔːtər] .

2	tablespoons	cold	water	.
2	汤匙	寒冷的	水	.

2汤匙冷水。

['pepər] .

Pepper	.
胡椒	.

胡椒。

[toʊst] .

Toast	.
吐司	.

吐司。

['pɑːrməzɑːnˌ'pɑːrməzæn] [tʃiːz] .

Parmesan	cheese	.
帕尔马干酪	奶酪	.

帕玛森奶酪。

[kʊk] [ðə; ði] [tʃɑːpt] ['ʌnjənz] [ɪn][ə; eɪ] [smɔːl] [ə'maʊnt] [ʌv; əv]['wɔːtər] [ʌn'tɪl] ['tendər] .

Cook	the	chopped	onions	in	a	small	amount	of	water	until	tender	.
厨师	这	切碎	洋葱	在	一个	小的	数量	的	水	直到	投标	.

将切碎的洋葱放入少量水中煮至软烂。

[ˌeɪ diː 'diː][ˌtuː'tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv][fæt][frʌm; frəm][ðə; ði] [miːt] [brɔːθ] [ɔːr][ðə; ði] [seɪm] ['kwɑːntəti][ʌv; əv]

Add	2	tablespoons	of	fat	from	the	meat	broth	or	the	same	quantity	of
添加	2	汤匙	的	胖的	从	这	肉	肉汤	或者	这	相同的	数量	的

['bʌtər] [ænd; ənd][let][ðə; ði]['ʌnjənz] [kʊk] [daʊn] [ɪn] [ðɪs] [ʌn'tɪl] [ðeɪ] [ɑːr; ər] ['jeloʊ] . [θriː]

butter	and	let	the	onions	cook	down	in	this	until	they	are	yellow	.	3
黄油	和	让	这	洋葱	厨师	向下	在	这	直到	他们	是	黄色的	.	3

加入2汤匙肉汤中的油脂或等量的黄油，将洋葱在油脂中煮至变黄。

[mɪks][ðem; ðəm][wɪð; wɪθ][ðə; ði] [miːt] [brɔːθ] [ænd; ənd][sɔːlt][ænd; ənd] ['θɪkən] [wɪð; wɪθ][ðə; ði]['flaʊər]

Mix	them	with	the	meat	broth	and	salt	and	thicken	with	the	flour
混合	他们	和	这	肉	肉汤	和	盐	和	加厚	和	这	面粉

[ænd; ənd][koʊld]['wɔːtər] [wɪtʃ] [hæv; həv] [bɪn] ['blendɪd] .

and	cold	water	which	have	been	blended	.
和	寒冷的	水	哪个	有	到过	混合	.

将它们与肉汤和盐混合，然后用混合好的面粉和冷水勾芡。

[kʊk] [fɔːr; fər][ə; eɪ] [fjuː] ['mɪnɪts] .
Cook **for** **a** **few** **minutes** **.**
厨师 为了 一个 很少 分钟 .

煮几分钟。

['siːz(ə)n] [wɪð; wɪθ] ['pepər] [æz; əz] [dɪ'zaɪrd] .
Season **with** **pepper** **as** **desired** **.**
季节 和 胡椒 作为 想要的 .

根据个人口味加入胡椒粉调味。

[pɔːr] [ðə; ðɪ] [suːp] ['ɪntuː] [boʊlz] [ɔːr] [suːp] [pleɪts] ,
Pour **the** **soup** **into** **bowls** **or** **soup** **plates** **,**
倒 这 汤 进入 碗 或者 汤 盘子 ,

将汤倒入碗或汤盘中，

[pleɪs] [ɑːn][tɑːp][ə; eɪ] [raʊnd] [ɔːr] [slaɪs] [ʌv; əv] ['toʊstɪd] [bred] ,
place **on** **top** **a** **round** **or** **slice** **of** **toasted** **bread** **,**
地方 在 顶部 一个 圆形的 或者 片 的 烤过的 面包 ,

在上面放上一片烤面包或圆面包，

[ænd; ənd]['sprɪŋk(ə)l]['greɪtɪd] [tʃiːz] ['oʊvər][ðə; ðɪ] [bred] [ænd; ənd] [suːp] .
and **sprinkle** **grated** **cheese** **over** **the** **bread** **and** **soup** **.**
和 撒 磨碎的 奶酪 超过 这 面包 和 汤 .

在面包和汤上撒上磨碎的奶酪。

[sɜːrv] [æt; ət][wʌns] .
Serve **at** **once** **.**
服务 在 一次 .

立即食用。

[mɪlk] - ['vedʒtəb(ə)l] [suːps]
Milk **-** **Vegetable** **Soups**
牛奶 - 蔬菜 汤

牛奶蔬菜汤

[mɪlk] - ['vedʒtəb(ə)l] [suːps] [ɑːr; ər] [meɪd] [frʌm; frəm] [kʊkt] ['vedʒtəb(ə)lz] ([tʃɑːpt] [ɔːr] [slaɪst])
Milk **-** **vegetable** **soups** **are** **made** **from** **cooked** **vegetables** **(** **chopped** **or** **sliced** **)**
牛奶 - 蔬菜 汤 是 制成 从 煮熟 蔬菜 (切碎 或者 切片)
[ænd; ənd] [mɪlk] ['slaɪtli] ['θɪkənd] .
and **milk** **slightly** **thickened** **.**
和 牛奶 轻微地 增稠 .

牛奶蔬菜汤是用煮熟的蔬菜（切碎或切片）和略微浓稠的牛奶制成的。

[ðə; ðɪ]['vedʒtəb(ə)lz] [meɪ] [biː; bi][ə'spærəgəs] , ['piːz] , [biːnz] [ʌv; əv] ['veriəs] [kaɪndz] , ['seləri] , [pə'tetoz] ,
The **vegetables** **may** **be** **asparagus** **,** **peas** **,** **beans** **of** **various** **kinds** **,** **celery** **,** **potatoes** **,**
这 蔬菜 可能 是 芦笋 , 豌豆 , 豆子 的 各种各样的 种类 , 芹菜 , 土豆 ,
['tɜːnɪps] ,
turnips **,**
萝卜 ,

蔬菜可以是芦笋、豌豆、各种豆类、芹菜、土豆、芜菁等。

['kærəts] , ['spɪnɪtʃ] , ['ʌnjənz] , [kɔːrn] , ['kæbɪdʒ] , [ɔːr]['ɔːlmoʊst]['eni] ['ʌðər] ['vedʒtəb(ə)l] .
carrots **,** **spinach** **,** **onions** **,** **corn** **,** **cabbage** **,** **or** **almost** **any** **other** **vegetable** **.**
胡萝卜 , 菠菜 , 洋葱 , 玉米 , 卷心菜 , 或者 几乎 任何 其他 蔬菜 .

胡萝卜、菠菜、洋葱、玉米、卷心菜，或者几乎任何其他蔬菜。

[sʌm; səm][ʌv; əv] [ðiːz] [ɑːr; ər] [gʊd] [ɪn][ˌkɑːmbɪ'neɪʃ(ə)n] , [sʌtʃ] [æz; əz] [pə'tetoz] [ænd; ənd] ['ʌnjənz] ,
Some **of** **these** **are** **good** **in** **combination** **,** **such** **as** **potatoes** **and** **onions** **,**
一些 的 这些 是 好的 在 组合 , 这样的 作为 土豆 和 洋葱 ,
[pə'tetoz] [ænd; ənd] ['tɜːnɪps] ,
potatoes **and** **turnips** **,**
土豆 和 萝卜 ,

有些食材搭配起来味道很好，例如土豆和洋葱，土豆和芜菁。

['tɜ:nɪps] [ænd; ənd] ['kærəts] .
turnips **and** **carrots** **.**
萝卜 和 胡萝卜 .

芜菁和胡萝卜。

[ˌtu:'tu:] [kʌps] [mɪlk] .
2 **cups** **milk** **.**
2 杯子 牛奶 .

2 杯牛奶。

[wʌn] ['teɪblspu:n] ['flaʊər][ɔ:r] [les] .
1 **tablespoon** **flour** **or** **less** **.**
1 汤匙 面粉 或者 较少的 .

1汤匙面粉或更少。

[wʌn] ['teɪblspu:n] ['bʌtər] .
1 **tablespoon** **butter** **.**
1 汤匙 黄油 .

1汤匙黄油。

[sɔ:lt] .
Salt **.**
盐 .

盐。

⅔ [kʌp] [kʊkt] ['vedʒtəb(ə)lz] , ['faɪnli] [tʃɑ:pt] , [mæʃt] [ɔ:r] [streɪnd] .
⅔ **cup** **cooked** **vegetables** **,** **finely** **chopped** **,** **mashed** **or** **strained** **.**
⅔ 杯子 煮熟 蔬菜 , 精细地 切碎 , 捣碎 或者 紧张 .

⅔ 杯煮熟的蔬菜，切碎、捣碎或过滤。

['θɪkən] [ðə; ði] [mɪlk] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] ['flaʊər] [æz; əz] [fɔ:r; fər] [waɪt] [sɔ:s] .
Thicken **the** **milk** **with** **the** **flour** **as** **for** **white** **sauce** **.**
加厚 这 牛奶 和 这 面粉 作为 为了 白色的 酱 .

像做白酱一样，用面粉勾芡牛奶。

[ˌeɪ di: 'di:] [ðə; ði] ['ʌðər] [ɪn'gri:diənts] .
Add **the** **other** **ingredients** **.**
添加 这 其他 原料 .

加入其他配料。

[ɪf] [ðə; ði] ['vedʒtəb(ə)l] [ɪz] ['stɑ:rtʃi] , [ju:z] [les] ['flaʊər] [ɔ:r] [θɪn] [ðə; ði] [su:p] [wɪð; wɪθ] [mɪlk] .
If **the** **vegetable** **is** **starchy** **,** **use** **less** **flour** **or** **thin** **the** **soup** **with** **milk** **.**
如果 这 蔬菜 是 淀粉 , 使用 较少的 面粉 或者 薄的 这 汤 和 牛奶 .

如果蔬菜淀粉含量高，就少放面粉或者用牛奶稀释汤。

[ðə; ði] ['vedʒtəb(ə)lz] [ʃʊd; ʃəd] [bi:; bi] ['faɪnli] [tʃɑ:pt] , [mæʃt] , [ɔ:r] [streɪnd] ,
The **vegetables** **should** **be** **finely** **chopped** **,** **mashed** **,** **or** **strained** **,**
这 蔬菜 应该 是 精细地 切碎 , 捣碎 , 或者 紧张 ,

蔬菜应该切碎、捣碎或过滤。

[soʊ] [ðæt] [ðeɪ] [wɪl] [blend] [wel] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] ['θɪkənd] [mɪlk] .
so **that** **they** **will** **blend** **well** **with** **the** **thickened** **milk** **.**
所以 那 他们 将要 混合 出色地 和 这 增稠 牛奶 .

这样它们就能与浓稠的牛奶充分混合。

[meɪn] ['dɪʃɪz]
Main **Dishes**
主要的 菜肴

主菜

['ʃɛpɚdz] [paɪ]
Shepherd's **Pie**
牧羊人的 馅饼

牧羊人派

[griːs] [ə; eɪ][ˌtuːˈtuː] - [kwɔːrt] ['beɪkɪŋ] [dɪʃ] [ænd; ənd] ['kʌvər][ðə; ði][saɪdz][wɪð; wɪθ][ə; eɪ] [θɪn] ['leɪər] [ʌv; əv]

Grease	a	2	-	quart	baking	dish	and	cover	the	sides	with	a	thin	layer	of
润滑脂	一个	2	-	夸脱	烘烤	盘子	和	覆盖	这	侧面	和	一个	薄的	层	的

['siːznd] [mæʃt] [pəˈteɪtoʊ] .

seasoned	mashed	potato	.
经验丰富的	捣碎	土豆	.

在一个2夸脱的烤盘上抹油，然后在烤盘四周铺上一层薄薄的调味土豆泥。

[juːz] [əˈbaʊt] 2½ [kʌps] [pəˈteɪtoʊ] .

Use	about	2½	cups	potato	.
使用	关于	2½	杯子	土豆	.

大约使用2.5杯土豆。

[fɪl] [ðə; ði]['sentər][wɪð; wɪθ][əˈbaʊt] 4½ [kʌps] [wel] - ['siːznd] , ['slaɪtli] ['θɪkənd] [stuː] , [kriːmd]

Fill	the	center	with	about	4½	cups	well	-	seasoned	,	slightly	thickened	stew	,	creamed
充满	这	中心	和	关于	4½	杯子	出色地	-	经验丰富的	,	轻微地	增稠	炖	,	奶油

['tʃɪkɪn] , [ɔːr] [kriːmd] [fɪʃ] .

chicken	,	or	creamed	fish	.
鸡	,	或者	奶油	鱼	.

在中心填入约 4½ 杯调味良好、略微浓稠的炖菜、奶油鸡肉或奶油鱼。

[ðer; ðər][ʃʊd; ʃəd][biː; bi][noʊ] [pəˈtetoz] [ɪn][ðə; ði] [stuː] .

There	should	be	no	potatoes	in	the	stew	.
那里	应该	是	不	土豆	在	这	炖	.

炖菜里不应该有土豆。

['kʌvər] [ðə; ði][tɑːp][wɪð; wɪθ][wʌn][kʌp] [mæʃt] [pəˈteɪtoʊ][ænd; ənd] [beɪk] [ɪn][ə; eɪ][hɑːt]['ʌv(ə)n] (400°F .)

Cover	the	top	with	1	cup	mashed	potato	and	bake	in	a	hot	oven	(	400°F	.	)
覆盖	这	顶部	和	1	杯子	捣碎	土豆	和	烤	在	一个	热的	烤箱	(	400°F	.	)

在顶部铺上一杯土豆泥，放入预热至华氏400度（摄氏204度）的烤箱中烘烤。

[ʌnˈtɪl][ðə; ði][paɪ][ɪz][hɑːt] [θruː] [ænd; ənd] ['slaɪtli] [braʊn] [ɑːn][tɑːp] .

until	the	pie	is	hot	through	and	slightly	browned	on	top	.
直到	这	馅饼	是	热的	通过	和	轻微地	棕色	在	顶部	.

直到馅饼完全热透，表面略呈棕色。

[noʊt] : [ðə; ði]['resəpi][fɔːr; fər] [biːf] [stuː] [ɑːn][peɪdʒ] - [meɪ] [biː; bi] [juːst] .

NOTE	:	The	recipe	for	Beef	Stew	on	page	13	may	be	used	.
笔记	:	这	食谱	为了	牛肉	炖	在	页	-	可能	是	用过的	.

注：可以使用第 13 页的炖牛肉食谱。

[ˌfrikəˈsiːd] ['tʃɪkɪn] [wɪð; wɪθ] ['dʌmplɪŋz]

Fricasseed	Chicken	with	Dumplings
炖菜	鸡	和	饺子

鸡肉烩饺子

[kʌt] ['tʃɪkɪn] ['ɪntuː] ['piːsɪz] [fɔːr; fər] ['sɜːrvɪŋ] .

Cut	chicken	into	pieces	for	serving	.
切	鸡	进入	件	为了	服务	.

将鸡肉切成块即可食用。

[roʊl] [iːtʃ] [piːs] [ɪn]['flaʊər][ænd; ənd] [braʊn] [ɪn][hɑːt][fæt] .

Roll	each	piece	in	flour	and	brown	in	hot	fat	.
卷	每个	片	在	面粉	和	棕色的	在	热的	胖的	.

将每块肉裹上面粉，然后在热油中炸至金黄。

['braʊnɪŋ] [ðə; ði] ['tʃɪkɪn] [bɪˈfɔːr] ['kʊkɪŋ] [ˌaɪ 'tiː]['hɛlps] [rɪˈteɪn] [ænd; ənd] [dɪˈveləp] [ðə; ði]['fleɪvər] .

Browning	the	chicken	before	cooking	it	helps	retain	and	develop	the	flavor	.
勃朗宁	这	鸡	前	烹饪	它	帮助	保持	和	发展	这	味道	.

先将鸡肉煎至金黄，有助于保留和提升鸡肉的风味。

['æftər][ðə; ði] ['piːsɪz] [ɑːr; ər] [braʊn] , ['sɪmər] [ʌn'tɪl] ['tendər] [ɪn] [ɪ'nʌf] ['wɔːtər][tuː; tə]['kʌvər] .

After	**the**	**pieces**	**are**	**browned**	**,**	**simmer**	**until**	**tender**	**in**	**enough**	**water**	**to**	**cover**	**.**
后	这	件	是	棕色	,	煨	直到	投标	在	足够的	水	到	覆盖	.

将食材煎至棕色后，加入足够的水没过食材，小火慢炖至软烂。

[wen] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [dʌn] , [teɪk] [ðə; ði] ['tʃɪkɪn] [aʊt][ænd; ənd] [kʊk] ['dʌmplɪŋz] [ɪn][ðə; ði]['greɪvi] .

When	**it**	**is**	**done**	**,**	**take**	**the**	**chicken**	**out**	**and**	**cook**	**dumplings**	**in**	**the**	**gravy**	**.**
什么时候	它	是	完毕	,	拿	这	鸡	出去	和	厨师	饺子	在	这	肉汁	.

完成后，将鸡肉取出，用剩下的肉汁煮饺子。

[sɜːrv] [ðə; ði] ['tʃɪkɪn] [ɪn][ðə; ði]['sentər][ʌv; əv][ə; eɪ] ['plætər] [wɪð; wɪθ][ðə; ði] ['dʌmplɪŋz] [ə'raʊnd][ðə; ði]

Serve	**the**	**chicken**	**in**	**the**	**center**	**of**	**a**	**platter**	**with**	**the**	**dumplings**	**around**	**the**
服务	这	鸡	在	这	中心	的	一个	拼盘	和	这	饺子	大约	这

[edʒ] .

edge	**.**
边缘	.

将鸡肉放在盘子中央，饺子放在盘子边缘。

[pɔːr] [ðə; ði]['greɪvi]['oʊvər][ðə; ði] ['tʃɪkɪn] . [fɔːr]

Pour	**the**	**gravy**	**over**	**the**	**chicken**	**.**	**4**
倒	这	肉汁	超过	这	鸡	.	4

将肉汁浇在鸡肉上。4

['dʌmplɪŋz]

Dumplings
饺子

饺子

[wʌn][kʌp]['flaʊər] .

1	**cup**	**flour**	**.**
1	杯子	面粉	.

杯面粉。

2½ ['tiːspuːn] ['beɪkɪŋ] ['paʊdər] .

2½	**teaspoons**	**baking**	**powder**	**.**
2½	茶匙	烘烤	粉末	.

2.5茶匙泡打粉。

½ ['tiːspuːn] [sɔːlt] .

½	**teaspoon**	**salt**	**.**
½	茶匙	盐	.

½茶匙盐。

[wʌn] [eg] .

1	**egg**	**.**
1	蛋	.

1个鸡蛋。

⅓ [kʌp] [mɪlk] .

⅓	**cup**	**milk**	**.**
⅓	杯子	牛奶	.

三分之一杯牛奶。

[sɪft][ðə; ði]['flaʊər] , ['beɪkɪŋ] ['paʊdər] [ænd; ənd][sɔːlt] [tə'geðər] .

Sift	**the**	**flour**	**,**	**baking**	**powder**	**and**	**salt**	**together**	**.**
筛	这	面粉	,	烘烤	粉末	和	盐	一起	.

将面粉、泡打粉和盐一起过筛。

[biːt] [ðə; ði] [eg] [wel] , [ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði][mɪlk] , [ænd; ənd][mɪks][wɪð; wɪθ][ðə; ði][draɪ] [ɪn'griːdiənts] .

Beat	**the**	**egg**	**well**	**,**	**add**	**the**	**milk**	**,**	**and**	**mix**	**with**	**the**	**dry**	**ingredients**	**.**
打	这	蛋	出色地	,	添加	这	牛奶	,	和	混合	和	这	干燥	原料	.

将鸡蛋打散，加入牛奶，与干料混合均匀。

[drɑːp][baɪ] [smɔːl] ['spuːnˌfʊlz] ['ɪntuː][ðə; ði] ['tʃɪkɪn] ['greɪvi] .

Drop	**by**	**small**	**spoonfuls**	**into**	**the**	**chicken**	**gravy**	**.**
降低	经过	小的	一勺	进入	这	鸡	肉汁	.

用小勺一勺一勺地滴入鸡肉肉汁中。

['kʌvər] ['taɪtli] [ænd; ənd] [kʊk] [fɔːr; fər] - ['mɪnɪts] .

Cover	**tightly**	**and**	**cook**	**for**	**15**	**minutes**	**.**
覆盖	紧紧	和	厨师	为了	-	分钟	.

盖紧锅盖，煮15分钟。

[ðə; ði][tɑːp][mʌst; məst][nɑːt][biː; bi] [rɪ'muːvd] [waɪl] [ðə; ði] ['dʌmplɪŋz] [ɑːr; ər] ['kʊkɪŋ] .

The	**top**	**must**	**not**	**be**	**removed**	**while**	**the**	**dumplings**	**are**	**cooking**	**.**
这	顶部	必须	不是	是	已移除	尽管	这	饺子	是	烹饪	.

饺子煮熟的过程中不能揭开盖子。

[ɪf] [ðə; ði] [stiːm] [is'keips] , [ðə; ði] ['dʌmplɪŋz] [wɪl] [nɑːt][biː; bi] [laɪt] .

If	**the**	**steam**	**escapes**	**,**	**the**	**dumplings**	**will**	**not**	**be**	**light**	**.**
如果	这	蒸汽	逃脱	,	这	饺子	将要	不是	是	光	.

如果蒸汽逸散了，饺子就不会蓬松。

[beɪkt] [tʃiːz] [ænd; ənd][ˌmækə'roʊni]

Baked	**Cheese**	**and**	**Macaroni**
烘焙	奶酪	和	通心粉

烤奶酪和通心粉

[ˌtuː'tuː] [kʌps] [ˌmækə'roʊni][ɔːr] [spə'geti] , ['broʊkən][ɪn] [smɔːl] ['piːsɪz] .

2	**cups**	**macaroni**	**or**	**spaghetti**	**,**	**broken**	**in**	**small**	**pieces**	**.**
2	杯子	通心粉	或者	意大利细面条	,	破碎的	在	小的	件	.

杯通心粉或意大利面，掰成小段。

[fɔːr] ['teɪbəlˌspuːnz] ['flaʊər] .

4	**tablespoons**	**flour**	**.**
4	汤匙	面粉	.

4汤匙面粉。

[fɔːr] ['teɪbəlˌspuːnz] ['bʌtər] .

4	**tablespoons**	**butter**	**.**
4	汤匙	黄油	.

4汤匙黄油。

[ˌtuː'tuː] [kʌps] [mɪlk] .

2	**cups**	**milk**	**.**
2	杯子	牛奶	.

2 杯牛奶。

¾ [paʊnd] [ə'merɪkən] [tʃiːz] .

¾	**pound**	**American**	**cheese**	**.**
¾	磅	美国人	奶酪	.

¾磅美式奶酪。

[wʌn] ['tiːspuːn] [sɔːlt] .

1	**teaspoon**	**salt**	**.**
1	茶匙	盐	.

1茶匙盐。

['bʌtər] .

Butter	**.**
黄油	.

黄油。

[sɔːft] [bred] [krʌmz] .

Soft	**bread**	**crumbs**	**.**
柔软的	面包	面包屑	.

软面包屑。

[kʊk] [ðə; ði][ˌmækə'roʊni][ɔːr] [spə'geti] [ɪn][ˌtuː'tuː] [kwɔːts] [ʌv; əv] ['bɔɪlɪŋ] ['sɔːltɪd]['wɔːtər][ʌn'tɪl] ['tendər] .

Cook	the	macaroni	or	spaghetti	in	2	quarts	of	boiling	salted	water	until	tender	.
厨师	这	通心粉	或者	意大利细面条	在	2	夸脱	的	沸腾	咸的	水	直到	投标	.

将通心粉或意大利面放入 2 夸脱沸腾的盐水中煮至软熟。

[dreɪn] .

Drain	.
流走	.

流走。

[meɪk] [ə; eɪ] [sɔːs] [wɪð; wɪθ][ðə; ði]['flaʊər] , ['bʌtər] , [mɪlk] , [ænd; ənd][sɔːlt] .

Make	a	sauce	with	the	flour	,	butter	,	milk	,	and	salt	.
制作	一个	酱	和	这	面粉	,	黄油	,	牛奶	,	和	盐	.

用面粉、黄油、牛奶和盐制作酱汁。

[greɪt] [ɔːr][kʌt][ðə; ði] [tʃiːz] ['ɪntuː][ðə; ði] [sɔːs] ,

Grate	or	cut	the	cheese	into	the	sauce	,
格特	或者	切	这	奶酪	进入	这	酱	,

将奶酪刨丝或切成小块拌入酱汁中。

[rɪ'zɜːrv] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l][tuː; tə] [greɪt] ['oʊvər][ðə; ði][tɑːp][ʌv; əv][ðə; ði] [dɪʃ] .

reserving	a	little	to	grate	over	the	top	of	the	dish	.
预订	一个	小的	到	格特	超过	这	顶部	的	这	盘子	.

留少许刨丝撒在菜肴顶部。

[pleɪs] [ðə; ði][ˌmækə'roʊni][ɪn][ə; eɪ] ['bʌtərd] ['beɪkɪŋ] [dɪʃ] , [ɪn] ['ɔːltərnət] ['leər] [wɪð; wɪθ][ðə; ði] [tʃiːz] [sɔːs] .

Place	the	macaroni	in	a	buttered	baking	dish	,	in	alternate	layers	with	the	cheese	sauce	.
地方	这	通心粉	在	一个	涂黄油的	烘烤	盘子	,	在	备用	层	和	这	奶酪	酱	.

将通心粉放入涂了黄油的烤盘中，与奶酪酱交替分层铺放。

['skætər] [ðə; ði]['ekstrə]['greɪtɪd] [tʃiːz] ['oʊvər][ðə; ði][tɑːp][wɪð; wɪθ] ['bʌtərd] [bred] [krʌmz] .

Scatter	the	extra	grated	cheese	over	the	top	with	buttered	bread	crumbs	.
分散	这	额外的	磨碎的	奶酪	超过	这	顶部	和	涂黄油的	面包	面包屑	.

将多余的磨碎奶酪和涂抹了黄油的面包屑撒在上面。

[beɪk] [ɪn][ə; eɪ] ['mɑːdərət] ['ʌv(ə)n] (350°F .) [ʌn'tɪl][ðə; ði] [sɔːs] [ænd; ənd][ˌmækə'roʊni][ɑːr; ər][hɑːt] [θruː] [ænd; ənd][ðə; ði] [krʌmz] [ɑːr; ər] [braʊn] .

Bake	in	a	moderate	oven	(	350°F	.	)	until	the	sauce	and	macaroni	are	hot	through	and	the	crumbs	are	brown	.
烤	在	一个	缓和	烤箱	(	350°F	.	)	直到	这	酱	和	通心粉	是	热的	通过	和	这	面包屑	是	棕色的	.

在中等温度（350°F）的烤箱中烘烤，直到酱汁和通心粉完全热透，面包屑呈棕色。

['smʌðəd] [hæm][wɪð; wɪθ] [swiːtpəteɪtoʊz]

Smothered	Ham	with	Sweetpotatoes
窒息	火腿	和	红薯

红薯焖火腿

[wʌn][slaɪs][ʌv; əv] [smoʊkt] [hæm] , [kʌt]['ɪntuː]['saɪzɪz][fɔːr; fər] ['sɜːrvɪŋ] .

1	slice	of	smoked	ham	,	cut	into	sizes	for	serving	.
1	片	的	熏制	火腿	,	切	进入	尺寸	为了	服务	.

片烟熏火腿，切成适合食用的大小。

[θriː][kʌps] [rɔː] , [slaɪst] [swiːtpəteɪtoʊz] .

3	cups	raw	,	sliced	sweetpotatoes	.
3	杯子	生的	,	切片	红薯	.

3杯生的切片红薯。

[wʌn] ['teɪblspuːn] ['bʌtər] [ɔːr][hæm] ['drɪpɪŋ] .

1	tablespoon	butter	or	ham	drippings	.
1	汤匙	黄油	或者	火腿	滴落物	.

1汤匙黄油或火腿油。

[ˌtuː'tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] ['ʃʊgər] .

2	tablespoons	sugar	.
2	汤匙	糖	.

2汤匙糖。

[wʌn][kʌp][hɑːt]['wɔːtər] .

1	cup	hot	water	.
1	杯子	热的	水	.

1 杯热水。

[braʊn] [ðə; ði][hæm] ['laɪtli] [ɑːn][bəuθ][saɪdz][ænd; ənd] [ə'reɪndʒ] [ˌaɪ 'tiː][tuː; tə]['kʌvər][ðə; ði] ['bɑːtəm] [ʌv; əv]

Brown	the	ham	lightly	on	both	sides	and	arrange	it	to	cover	the	bottom	of
棕色的	这	火腿	轻轻	在	两个都	侧面	和	安排	它	到	覆盖	这	底部	的

[ə; eɪ] ['beɪkɪŋ] [dɪʃ] .

a	baking	dish	.
一个	烘烤	盘子	.

将火腿两面略微煎至棕色，然后铺在烤盘底部。

[spred] [ðə; ði] [slaɪst] [swiːtpəteɪtoʊz] ['oʊvər][ðə; ði][hæm] .

Spread	the	sliced	sweetpotatoes	over	the	ham	.
传播	这	切片	红薯	超过	这	火腿	.

将切好的红薯铺在火腿上。

['sprɪŋk(ə)l][wɪð; wɪθ] ['ʃʊgər] .

Sprinkle	with	sugar	.
撒	和	糖	.

撒上糖。

[ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði][hɑːt]['wɔːtər][ænd; ənd][fæt] .

Add	the	hot	water	and	fat	.
添加	这	热的	水	和	胖的	.

加入热水和油脂。

['kʌvər] [ðə; ði] [dɪʃ] [ænd; ənd] [beɪk] ['sloʊli] [æt; ət] 350°F .

Cover	the	dish	and	bake	slowly	at	350°F	.
覆盖	这	盘子	和	烤	缓慢地	在	350°F	.

盖上盖子，以 350°F 的温度慢烤。

(['mɑːdərət] ['ʌv(ə)n]) [ʌn'tɪl][ðə; ði][hæm][ɪz]['tendər] .

(	moderate	oven	)	until	the	ham	is	tender	.
(	缓和	烤箱	)	直到	这	火腿	是	投标	.

（用中火烤至火腿变软）

[beɪst] [ðə; ði] [pə'tetoz] [ə'keɪʒ(ə)nəli] [wɪð; wɪθ][ðə; ði]['lɪkwɪd] .

Baste	the	potatoes	occasionally	with	the	liquid	.
绷	这	土豆	偶尔	和	这	液体	.

不时地用液体给土豆浇水。

[braʊn] [ðə; ði][tɑːp] [wel] .

Brown	the	top	well	.
棕色的	这	顶部	出色地	.

把顶部煎至棕色。

[kriːmd] ['ɔɪstər]

Creamed	Oysters
奶油	牡蛎

奶油牡蛎

[wʌn][kwɔːrt] ['ɔɪstər] .
1 **quart** **oysters** **.**
1 夸脱 牡蛎 .

1夸脱牡蛎。

2½ [kʌps] [mɪlk] [ænd; ənd] ['ɔɪstər] ['lɪkər] .
2½ **cups** **milk** **and** **oyster** **liquor** **.**
2½ 杯子 牛奶 和 牡蛎 酒 .

2.5 杯牛奶和牡蛎汁。

½ [kʌp] ['bʌtər] .
½ **cup** **butter** **.**
½ 杯子 黄油 .

半杯黄油。

½ [kʌp] ['flaʊər] .
½ **cup** **flour** **.**
½ 杯子 面粉 .

半杯面粉。

[wʌn] ['tiːspuːn] [sɔːlt] .
1 **teaspoon** **salt** **.**
1 茶匙 盐 .

1茶匙盐。

⅛ ['tiːspuːn] ['pepər] .
⅛ **teaspoon** **pepper** **.**
⅛ 茶匙 胡椒 .

⅛茶匙胡椒粉。

¼ ['tiːspuːn] ['ʌnjən] [dʒuːs] , [ɪf] [dɪ'zaɪrd] . [faɪv]
¼ **teaspoon** **onion** **juice** **,** **if** **desired** **.** **5**
¼ 茶匙 洋葱 汁 , 如果 想要的 . 5

如果需要，可加入¼茶匙洋葱汁。

[kʊk] [ðə; ði] ['ɔɪstər] [ɪn] [ðer; ðər] ['lɪkər] [ʌn'tɪl] [ðə; ði] ['ɛdʒəz, 'ɛdʒɪz] [bɪ'gɪn] [tuː; tə] [kɜːrl] .
Cook **the** **oysters** **in** **their** **liquor** **until** **the** **edges** **begin** **to** **curl** **.**
厨师 这 牡蛎 在 他们的 酒 直到 这 边缘 开始 到 卷曲 .

将牡蛎连同其汁液一起煮至边缘开始卷曲。

[duː] [nɑːt] [let] [ðem; ðəm] [kʊk] [tuː] [lɔːŋ] [ɔːr] [ðeɪ] [wɪl] [biː; bi] [tʌf] .
Do **not** **let** **them** **cook** **too** **long** **or** **they** **will** **be** **tough** **.**
做 不是 让 他们 厨师 也 长的 或者 他们 将要 是 艰难的 .

不要煮太久，否则它们会变硬。

[streɪn] [ɔːf] [ðə; ði] ['lɪkər] .
Strain **off** **the** **liquor** **.**
拉紧 离开 这 酒 .

将酒液滤掉。

[tuː; tə] [ə'baʊt] [wʌn] [kʌp] [ʌv; əv] [ðɪs] ['lɪkər] , [ˌeɪ diː 'diː] [ɪ'nʌf] [mɪlk] [tuː; tə] [meɪk] 2½ [kʌps] .
To **about** **1** **cup** **of** **this** **liquor** **,** **add** **enough** **milk** **to** **make** **2½** **cups** **.**
到 关于 1 杯子 的 这 酒 , 添加 足够的 牛奶 到 制作 2½ 杯子 .

在约 1 杯这种酒中加入足够的牛奶，使总量达到 2.5 杯。

[melt] [ðə; ði] ['bʌtər] [ænd; ənd] [ˌeɪ diː 'diː] [ðə; ði] ['flaʊər] , ['stɜːrɪŋ] [ʌn'tɪl] ['blendɪd] .
Melt **the** **butter** **and** **add** **the** **flour** **,** **stirring** **until** **blended** **.**
熔化 这 黄油 和 添加 这 面粉 , 搅拌 直到 混合 .

将黄油融化，加入面粉，搅拌至混合均匀。

[ˌeɪ diː 'diː] [ðə; ði] ['lɪkwɪd] .
Add **the** **liquid** **.**
添加 这 液体 .

加入液体。

[kʊk] [fɔːr; fər][faɪv][ɔːr] - ['mɪnɪts] [tuː; tə][duː] [ə'weɪ] [wɪð; wɪθ][ðə; ði] ['stɑːrtʃi] ['fleɪvər][ʌv; əv][ðə; ði]['flaʊər]

Cook	**for**	**5**	**or**	**10**	**minutes**	**to**	**do**	**away**	**with**	**the**	**starchy**	**flavor**	**of**	**the**	**flour**
厨师	为了	5	或者	-	分钟	到	做	离开	和	这	淀粉	味道	的	这	面粉

.

:

.

煮5到10分钟，去除面粉的淀粉味。

[ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði] ['ɔɪstər] [ænd; ənd] ['siːzənɪŋ] [ænd; ənd] [sɜːrv] [æt; ət][wʌns][ɪn] ['pæti] ['ʃɛlz] [ɔːr][ɑːn]

Add	**the**	**oysters**	**and**	**seasoning**	**and**	**serve**	**at**	**once**	**in**	**patty**	**shells**	**or**	**on**
添加	这	牡蛎	和	调料	和	服务	在	一次	在	肉饼	贝壳	或者	在

[toʊst] .

toast	**.**
吐司	.

加入牡蛎和调味料，立即盛入饼状容器或吐司中食用。

[ɪf] [kriːmd] ['ɔɪstər] [stænd] , [ðə; ði] [sɔːs] [bɪ'kʌmz] [θɪn] .

If	**creamed**	**oysters**	**stand**	**,**	**the**	**sauce**	**becomes**	**thin**	**.**
如果	奶油	牡蛎	站立	,	这	酱	变成	薄的	.

奶油牡蛎静置一段时间后，酱汁会变稀。

['vedʒtəb(ə)lz]

Vegetables
蔬菜

蔬菜

['hɑːrvərd] [biːts]

Harvard	**Beets**
哈佛大学	甜菜

哈佛甜菜

[sɪks] ['miːdiəm] - [saɪzd] [biːts] .

6	**medium**	**-**	**sized**	**beets**	**.**
6	中等的	-	尺寸	甜菜	.

6个中等大小的甜菜根。

½ [kʌp] ['ʃʊgər] .

½	**cup**	**sugar**	**.**
½	杯子	糖	.

半杯糖。

½ ['teɪblspuːn] ['kɔːrnstɑːrtʃ] .

½	**tablespoon**	**cornstarch**	**.**
½	汤匙	玉米淀粉	.

½ 汤匙玉米淀粉。

½ [kʌp] ['vɪnɪgər] .

½	**cup**	**vinegar**	**.**
½	杯子	醋	.

半杯醋。

[ˌtuː'tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] ['bʌtər] .

2	**tablespoons**	**butter**	**.**
2	汤匙	黄油	.

2汤匙黄油。

[wɑːʃ] [biːts] , [kʊk] [ɪn] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtər] [ʌn'tɪl] ['tendər] , [rɪ'muːv] [ðə; ði] [skɪnz] ,

Wash	**beets**	**,**	**cook**	**in**	**boiling**	**water**	**until**	**tender**	**,**	**remove**	**the**	**skins**	**,**
洗	甜菜	,	厨师	在	沸腾	水	直到	投标	,	消除	这	皮肤	,

将甜菜洗净，放入沸水中煮至软烂，去皮。

[ænd; ənd] [kʌt] [ðə; ði] [biːts] ['ɪntuː] [θɪn] ['slaɪsɪz] [ɔːr] [kjuːbz] .

and	cut	the	beets	into	thin	slices	or	cubes	.
和	切	这	甜菜	进入	薄的	切片	或者	立方体	.

将甜菜根切成薄片或丁。

[mɪks] [ðə; ði] ['ʃʊgər] [ænd; ənd] ['kɔːrnstɑːrtʃ] .

Mix	the	sugar	and	cornstarch	.
混合	这	糖	和	玉米淀粉	.

将糖和玉米淀粉混合。

[ˌeɪ diː 'diː] [ðə; ði] ['vɪnɪgər] , [ænd; ənd] [let] [ðə; ði] [sɔːs] [bɔɪl] [fɔːr; fər] [faɪv] ['mɪnɪts] , ['stɜːrɪŋ] ['kɑːnstəntli] .

Add	the	vinegar	,	and	let	the	sauce	boil	for	5	minutes	,	stirring	constantly	.
添加	这	醋	,	和	让	这	酱	熬	为了	5	分钟	,	搅拌	不断地	.

加入醋，不断搅拌，让酱汁煮沸 5 分钟。

[dʒʌst] [æz; əz] [ðə; ði] [sɔːs] [ɪz] ['teɪkən] [frʌm; frəm] [ðə; ði] ['faɪər] [ˌeɪ diː 'diː] [ðə; ði] ['bʌtər] .

Just	as	the	sauce	is	taken	from	the	fire	add	the	butter	.
只是	作为	这	酱	是	已采取	从	这	火	添加	这	黄油	.

酱汁刚从火上移开时，就加入黄油。

[pɔːr] [sɔːs] ['oʊvər] [biːts] .

Pour	sauce	over	beets	.
倒	酱	超过	甜菜	.

将酱汁淋在甜菜根上。

[let] [ðem; ðəm] [stænd] [ɑːn] [ðə; ði] [bæk] [ʌv; əv] [ðə; ði] [stoʊv] [fɔːr; fər] [ə; eɪ] [fjuː] ['mɪnɪts] [soʊ] [ðæt] [ðə; ði]

Let	them	stand	on	the	back	of	the	stove	for	a	few	minutes	so	that	the
让	他们	站立	在	这	后退	的	这	火炉	为了	一个	很少	分钟	所以	那	这

[biːts] [meɪ] [əb'zɔːrb] [ðə; ði] [swiːt] - ['saʊər] ['fleɪvər] [ʌv; əv] [ðə; ði] [sɔːs] .

beets	may	absorb	the	sweet	-	sour	flavor	of	the	sauce	.
甜菜	可能	吸收	这	甜的	-	酸的	味道	的	这	酱	.

让它们在炉灶后方静置几分钟，以便甜菜根能够吸收酱汁的酸甜味道。

[beɪkt] ['kjuːkʌmbərz]

Baked	Cucumbers
烘焙	黄瓜

烤黄瓜

[θriː] [gʊd] - [saɪzd] ['kjuːkʌmbərz] .

3	good	-	sized	cucumbers	.
3	好的	-	尺寸	黄瓜	.

3根个头不错的黄瓜。

¾ [kʌp] [faɪn] [draɪ] ['bredkrʌmz] .

¾	cup	fine	dry	breadcrumbs	.
¾	杯子	美好的	干燥	面包屑	.

¾ 杯细干面包屑。

[θriː] ['teɪbəlˌspuːnz] ['bʌtər] .

3	tablespoons	butter	.
3	汤匙	黄油	.

3汤匙黄油。

½ ['tiːspuːn] [sɔːlt] .

½	teaspoon	salt	.
½	茶匙	盐	.

½茶匙盐。

1½ ['teɪbəlˌspuːnz] [tʃɑːpt] ['ʌnjən] .

1½	tablespoons	chopped	onion	.
1½	汤匙	切碎	洋葱	.

1.5汤匙切碎的洋葱。

1½ ['tiːspuːn] ['faɪnli] [tʃɑːpt] ['pɑːrsli] .

1½	teaspoons	finely	chopped	parsley	.
1½	茶匙	精细地	切碎	香菜	.

1.5茶匙切碎的欧芹。

[wʌn] ['teɪblspuːn] [tʃɑːpt] ['seləri] .

1	tablespoon	chopped	celery	.
1	汤匙	切碎	芹菜	.

1汤匙切碎的芹菜。

[wʌn] [kʌp] [tə'meɪtoʊz] [kʌt] [ɪn] ['piːsɪz] .

1	cup	tomatoes	cut	in	pieces	.
1	杯子	西红柿	切	在	件	.

1 杯切块的西红柿。

[wɑːʃ] ['kjuːkʌmbərz] [ænd; ənd] [kʌt] [ɪn] [hæf] ['leŋkθwaɪz; 'leŋθwaɪz] .

Wash	cucumbers	and	cut	in	half	lengthwise	.
洗	黄瓜	和	切	在	一半	纵向	.

将黄瓜洗净，纵向切成两半。

[skuːp] [aʊt] [æz; əz] [mʌtʃ] [æz; əz] ['pɑːsəb(ə)l] [ʌv; əv] [ðə; ði] [pʌlp] [wɪ'ðaʊt] ['breɪkɪŋ] [ðə; ði] [skɪn] .

Scoop	out	as	much	as	possible	of	the	pulp	without	breaking	the	skin	.
舀	出去	作为	很多	作为	可能的	的	这	纸浆	没有	打破	这	皮肤	.

尽量挖出果肉，但不要弄破果皮。

[braʊn] [ðə; ði] ['ʌnjən] [ɪn] [ðə; ði] [fæt] , [ˌeɪ diː 'diː] ['ʌðər] [ɪn'griːdiənts] [mɪkst] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] ['kjuːkʌmbər]

Brown	the	onion	in	the	fat	,	add	other	ingredients	mixed	with	the	cucumber
棕色的	这	洋葱	在	这	胖的	,	添加	其他	原料	混合	和	这	黄瓜

[pʌlp] .

pulp	.
纸浆	.

用油脂将洋葱炒至棕色，加入其他配料与黄瓜果肉混合。

[stɜːr] ['kɑːnstəntli] , [ænd; ənd] [kʊk] [faɪv] ['mɪnɪts] , [ɔːr] [ʌn'tɪl] [draɪ] .

Stir	constantly	,	and	cook	five	minutes	,	or	until	dry	.
搅拌	不断地	,	和	厨师	五	分钟	,	或者	直到	干燥	.

不断搅拌，煮五分钟，或直至水分收干。

[pleɪs] [ðə; ði] ['fɪlɪŋ] [ɪn] [ðə; ði] ['kjuːkʌmbər] ['ʃɛlz] [ænd; ənd] [beɪk] [ʌn'tɪl] [ðə; ði] ['ʃɛlz] [ɑːr; ər] [sɔːft] [ænd; ənd] [ðə; ði] ['mɪkstʃər] [ɪz] [braʊn] [ɑːn] [tɑːp] .

Place	the	filling	in	the	cucumber	shells	and	bake	until	the	shells	are	soft	and	the	mixture	is	brown	on	top	.
地方	这	填充	在	这	黄瓜	贝壳	和	烤	直到	这	贝壳	是	柔软的	和	这	混合物	是	棕色的	在	顶部	.

将馅料放入黄瓜皮中，烘烤至黄瓜皮变软，馅料表面呈棕色。

[braʊn] ['pɑːsnips]

Browned	Parsnips
棕色	欧防风

烤焦的欧洲防风草

[skrʌb] ['pɑːsnips] [kliːn] , [drɑːp] ['ɪntuː] ['bɔɪlɪŋ] , ['laɪtli] ['sɔːltɪd] ['wɔːtər] ,

Scrub	parsnips	clean	,	drop	into	boiling	,	lightly	salted	water	,
擦洗	欧防风	干净的	,	降低	进入	沸腾	,	轻轻	咸的	水	,

将欧防风洗净，放入沸腾的淡盐水中，

[ænd; ənd] [kʊk] [fɔːr; fər] - [tuː; tə] - ['mɪnɪts] [ɔːr] [ʌn'tɪl] ['tendər] .

and	cook	for	15	to	30	minutes	or	until	tender	.
和	厨师	为了	-	到	-	分钟	或者	直到	投标	.

煮15至30分钟或直至变软。

[dreɪn] , [skreɪp] [ɔːf][ðə; ði][skɪn] , [splɪt]['leŋkθwaɪz; 'leŋθwaɪz] , [ænd; ənd] [pʊl] [aʊt][ðə; ði] ['strɪŋi] ['kɔrz] .

Drain	,	**scrape**	**off**	**the**	**skin**	,	**split**	**lengthwise**	,	**and**	**pull**	**out**	**the**	**stringy**	**cores**	.
流走	,	刮	离开	这	皮肤	,	分裂	纵向	,	和	拉	出去	这	细丝	核心	.

沥干水分，刮掉外皮，纵向切开，取出纤维状的果芯。

[dɪp][ðə; ði] ['piːsɪz] [ɪn]['flaʊər][ænd; ənd][fraɪ][ɪn][fæt][ʌn'tɪl]['goʊldən] [braʊn] . [sɪks]

Dip	**the**	**pieces**	**in**	**flour**	**and**	**fry**	**in**	**fat**	**until**	**golden**	**brown**	**.**	**6**
蘸	这	件	在	面粉	和	炒	在	胖的	直到	金的	棕色的	.	6

将块状物蘸上面粉，然后用油煎至金黄色。6

[kɔːrn] ['frɪtərz]

Corn	**Fritters**
玉米	油炸饼

玉米油炸饼

[wʌn][kʌp]['lɪkwɪd] , ['iːðər] [dʒuːs][frʌm; frəm] [kænd] [kɔːrn][ɔːr][mɪlk] , [ɔːr][ðə; ði] [tuː] [mɪkst] .

1	**cup**	**liquid**	**,**	**either**	**juice**	**from**	**canned**	**corn**	**or**	**milk**	**,**	**or**	**the**	**two**	**mixed**	**.**
1	杯子	液体	,	任何一个	汁	从	罐装	玉米	或者	牛奶	,	或者	这	二	混合	.

杯液体，可以是罐装玉米汁或牛奶，也可以是两者混合。

[wʌn][kʌp] [dreɪnd] [kænd] [kɔːrn] .

1	**cup**	**drained**	**canned**	**corn**	**.**
1	杯子	排水	罐装	玉米	.

1 杯沥干水分的罐装玉米。

1¾ [kʌps] ['sɪftɪd] [keɪk] ['flaʊər]

1¾	**cups**	**sifted**	**cake**	**flour**
1¾	杯子	筛过的	蛋糕	面粉

1¾ 杯过筛蛋糕粉

[wʌn] ['teɪblspuːn] [meltid][fæt] .

1	**tablespoon**	**melted**	**fat**	**.**
1	汤匙	融化	胖的	.

1汤匙融化的油脂。

[wʌn] [eg] .

1	**egg**	**.**
1	蛋	.

1个鸡蛋。

[ˌtuː'tuː] ['tiːspuːn] ['beɪkɪŋ] ['paʊdər] .

2	**teaspoons**	**baking**	**powder**	**.**
2	茶匙	烘烤	粉末	.

2茶匙泡打粉。

¾ ['tiːspuːn] [sɔːlt] .

¾	**teaspoon**	**salt**	**.**
¾	茶匙	盐	.

¾茶匙盐。

[mɪks][ðə; ði]['flaʊər] , ['beɪkɪŋ] ['paʊdər] , [ænd; ənd][sɔːlt] .

Mix	**the**	**flour**	**,**	**baking**	**powder**	**,**	**and**	**salt**	**.**
混合	这	面粉	,	烘烤	粉末	,	和	盐	.

将面粉、泡打粉和盐混合。

[mɪks][ðə; ði][dʒuːs][frʌm; frəm][ðə; ði] [kænd] [kɔːrn][ɔːr][mɪlk] , [ɔːr] [wət'evər] ['lɪkwɪd][ɪz] [juːst] ,

Mix	**the**	**juice**	**from**	**the**	**canned**	**corn**	**or**	**milk**	**,**	**or**	**whatever**	**liquid**	**is**	**used**	**,**
混合	这	汁	从	这	罐装	玉米	或者	牛奶	,	或者	任何	液体	是	用过的	,

将罐装玉米汁、牛奶或其他任何液体混合在一起。

[ðə; ði] [eg] ['æftər][ˌaɪ 'tiː][hæz; həz] [bɪn] ['biːtn] ['slaɪtli] , [ænd; ənd][ðə; ði] [kænd] [kɔːrn] .

the	**egg**	**after**	**it**	**has**	**been**	**beaten**	**slightly**	**,**	**and**	**the**	**canned**	**corn**	**.**
这	蛋	后	它	有	到过	被打败	轻微地	,	和	这	罐装	玉米	.

稍微打散的鸡蛋和罐装玉米。

[stɜːr] [ðɪs] ['lɪkwɪd] ['mɪkstʃər] ['grædʒuəli] ['ɪntuː] [ðə; ði] [draɪ] [ɪn'griːdiənts] .

Stir	**this**	**liquid**	**mixture**	**gradually**	**into**	**the**	**dry**	**ingredients**	**.**
搅拌	这	液体	混合物	逐步地	进入	这	干燥	原料	.

将此液体混合物逐渐搅拌到干料中。

[ˌeɪ diː 'diː] [ðə; ði] [meltid] [fæt] .

Add	**the**	**melted**	**fat**	**.**
添加	这	融化	胖的	.

加入融化的油脂。

[ɪf] [ðə; ði] [kɔːrn] [ɪz] ['veri] [mɔɪst] , ['iːv(ə)n] ['æftər] [ðə; ði] ['lɪkwɪd] [hæz; həz] [bɪn] [dreɪnd] [frʌm; frəm] [ˌaɪ 'tiː] ,

If	**the**	**corn**	**is**	**very**	**moist**	**,**	**even**	**after**	**the**	**liquid**	**has**	**been**	**drained**	**from**	**it**	**,**
如果	这	玉米	是	非常	潮湿	,	甚至	后	这	液体	有	到过	排水	从	它	,

如果玉米即使在沥干水分后仍然很湿润，

[mɔːr] ['flaʊər] [meɪ] [biː; bi] ['niːdɪd] .

more	**flour**	**may**	**be**	**needed**	**.**
更多的	面粉	可能	是	需要	.

可能需要更多面粉。

[fraɪ] [ðə; ði] [kɔːrn] ['frɪtərz] [ɪn] [diːp] [fæt] , [ɔːr] [ɪf] [prɪ'fɜːrd] , [ɪn] [ə; eɪ] ['skɪlɪt] [ɪn] ['ʃæloʊ] [fæt] .

Fry	**the**	**corn**	**fritters**	**in**	**deep**	**fat**	**,**	**or**	**if**	**preferred**	**,**	**in**	**a**	**skillet**	**in**	**shallow**	**fat**	**.**
炒	这	玉米	油炸饼	在	深的	胖的	,	或者	如果	首选	,	在	一个	煎锅	在	浅的	胖的	.

将玉米饼放入大油中炸，或者如果喜欢，也可以用平底锅少量油煎。

[ɪn] ['iːðər] [keɪs] , [drɑːp] [ðə; ði] ['mɪkstʃər] [baɪ] ['spuːnˌfʊlz] ['ɪntuː] [ðə; ði] [fæt] [ænd; ənd] [fraɪ] ['ræðər] ['sloʊli] .

In	**either**	**case**	**,**	**drop**	**the**	**mixture**	**by**	**spoonfuls**	**into**	**the**	**fat**	**and**	**fry**	**rather**	**slowly**	**.**
在	任何一个	案件	,	降低	这	混合物	经过	一勺	进入	这	胖的	和	炒	相当	缓慢地	.

无论哪种情况，都将混合物一勺一勺地放入油脂中，慢慢煎炸。

[ðə; ði] ['frɪtərz] [niːd] [taɪm] [tuː; tə] [kʊk] [θruː] [tuː; tə] [ðə; ði] ['sentər] [bɪ'fɔːr] [ðə; ði] [ˌaʊt'saɪd] [bɪ'kʌmz]

The	**fritters**	**need**	**time**	**to**	**cook**	**through**	**to**	**the**	**center**	**before**	**the**	**outside**	**becomes**
这	油炸饼	需要	时间	到	厨师	通过	到	这	中心	前	这	外部	变成

[tuː] [braʊn] .

too	**brown**	**.**
也	棕色的	.

油炸饼需要时间让中心完全熟透，才能避免外皮变成棕色。

[dreɪn] [ðə; ði] ['frɪtərz] [ɑːn] [əb'zɔːrbəntˌəb'sɔːrbənt] ['peɪpər] [ænd; ənd] [sɜːrv] [hɑːt] .

Drain	**the**	**fritters**	**on**	**absorbent**	**paper**	**and**	**serve**	**hot**	**.**
流走	这	油炸饼	在	吸收剂	纸	和	服务	热的	.

将油炸饼放在吸油纸上沥干油，趁热食用。

['skæləpt; 'skɔːləpt; 'skɑːləpt] ['ʌnjənz] [ænd; ənd] ['piːnʌts]

Scalloped	**Onions**	**and**	**Peanuts**
扇贝状的	洋葱	和	花生

扇贝洋葱和花生

[sɪks] ['miːdiəm] - [saɪzd] ['ʌnjənz] .

6	**medium**	**-**	**sized**	**onions**	**.**
6	中等的	-	尺寸	洋葱	.

6个中等大小的洋葱。

½ [kʌp] ['piːnʌts] , [graʊnd] .

½	**cup**	**peanuts**	**,**	**ground**	**.**
½	杯子	花生	,	地面	.

半杯花生碎。

[wʌn] [kʌp] [θɪn] [waɪt] [sɔːs] , [meɪd] [wɪð; wɪθ] [wʌn] ['teɪblspuːn] ['flaʊər] , [wʌn] ['teɪblspuːn] ['bʌtər] ,

1	cup	thin	white	sauce	,	made	with	1	tablespoon	flour	,	1	tablespoon	butter	,
1	杯子	薄的	白色的	酱	,	制成	和	1	汤匙	面粉	,	1	汤匙	黄油	,

[ænd; ənd] [wʌn] [kʌp] [mɪlk] .

and	1	cup	milk	.
和	1	杯子	牛奶	.

1 杯稀白酱，由 1 汤匙面粉、1 汤匙黄油和 1 杯牛奶制成。

[kʊk] [ðə; ði] [skɪnd] ['ʌnjənz] [ɪn] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtər] [ʌn'tɪl] ['tendər] .

Cook	the	skinned	onions	in	boiling	water	until	tender	.
厨师	这	去皮	洋葱	在	沸腾	水	直到	投标	.

将去皮的洋葱放入沸水中煮至软烂。

[dreɪn] [ænd; ənd] [slaɪs] [wɪð; wɪθ] [ə; eɪ] [ʃɑːrp] [naɪf] .

Drain	and	slice	with	a	sharp	knife	.
流走	和	片	和	一个	锋利的	刀	.

沥干水分，用锋利的刀切片。

[pleɪs] [ðə; ði] ['ʌnjənz] [ɪn] ['leər] [ɪn] [ə; eɪ] [griːst] ['beɪkɪŋ] [dɪʃ] ,

Place	the	onions	in	layers	in	a	greased	baking	dish	,
地方	这	洋葱	在	层	在	一个	涂油	烘烤	盘子	,

将洋葱分层放入抹了油的烤盘中，

['kʌvər] [iːtʃ] ['leɪər] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] [kriːm] [sɔːs] [ænd; ənd] [ðə; ði] ['piːnʌts] , [ænd; ənd] [kən'tɪnjuː] [ʌn'tɪl]

cover	each	layer	with	the	cream	sauce	and	the	peanuts	,	and	continue	until
覆盖	每个	层	和	这	奶油	酱	和	这	花生	,	和	继续	直到

[ɔːl] [ɪn'griːdiənts] [ɑːr; ər] [juːst] .

all	ingredients	are	used	.
全部	原料	是	用过的	.

在每一层食材上都涂上奶油酱和花生，重复此步骤直至所有食材用完。

['kʌvər] [ðə; ði] [tɑːp] [wɪð; wɪθ] ['bʌtərd] [krʌmz] [ænd; ənd] [beɪk] [ɪn] [ə; eɪ] ['mɑːdərət] ['ʌv(ə)n] (350°F .)

Cover	the	top	with	buttered	crumbs	and	bake	in	a	moderate	oven	(	350°F	.	)
覆盖	这	顶部	和	涂黄油的	面包屑	和	烤	在	一个	缓和	烤箱	(	350°F	.	)

在顶部撒上黄油面包屑，放入中等温度（350°F）的烤箱烘烤。

[ʌn'tɪl] ['goʊldən] [braʊn] .

until	golden	brown	.
直到	金的	棕色的	.

直至呈金黄色。

[sɜːrv] [frʌm; frəm] [ðə; ði] ['beɪkɪŋ] [dɪʃ] .

Serve	from	the	baking	dish	.
服务	从	这	烘烤	盘子	.

从烤盘中盛出即可食用。

[fruːts]

Fruits
水果

水果

[fraɪd] ['æplz] [ænd; ənd] ['beɪkən]

Fried	Apples	and	Bacon
油煎	苹果	和	熏肉

炸苹果和培根

[sɪ'lekt] [ə'baʊt] [sɪks] [gʊd] [tɑːrt] ['æplz] .

Select	about	six	good	tart	apples	.
选择	关于	六	好的	酸	苹果	.

挑选大约六个品质上乘的酸苹果。

[piːl] [ðem; ðəm] .

Peel	**them**	**.**
果皮	他们	.

剥掉它们。

[kʌt] [ðem; ðəm][ɪn][wʌn] - [ɪntʃ] [kjuːbz] .

Cut	**them**	**in**	**1**	**-**	**inch**	**cubes**	**.**
切	他们	在	1	-	英寸	立方体	.

将它们切成 1 英寸的立方体。

[fraɪ][ðə; ði]['beɪkən][ɪn][ə; eɪ] ['hevi] ['skɪlɪt] .

Fry	**the**	**bacon**	**in**	**a**	**heavy**	**skillet**	**.**
炒	这	熏肉	在	一个	重的	煎锅	.

用厚底煎锅煎培根。

[æz; əz] [suːn] [æz; əz][ðə; ði]['slaɪsɪz][ʌv; əv]['beɪkən][ɑːr; ər][krɪsp] ,

As	**soon**	**as**	**the**	**slices**	**of**	**bacon**	**are**	**crisp**	**,**
作为	很快	作为	这	切片	的	熏肉	是	脆	,

培根片煎至酥脆后，

[rɪ'muːv] [ænd; ənd][dreɪn][ðem; ðəm][ɑːn] [kliːn] [braʊn] ['peɪpər][ænd; ənd] [kiːp] [ɪn][ə; eɪ][wɔːrm] [pleɪs] .

remove	**and**	**drain**	**them**	**on**	**clean**	**brown**	**paper**	**and**	**keep**	**in**	**a**	**warm**	**place**	**.**
消除	和	流走	他们	在	干净的	棕色的	纸	和	保持	在	一个	温暖的	地方	.

将它们取出，放在干净的牛皮纸上沥干水分，然后放在温暖的地方保存。

[liːv] [ə'baʊt][wʌn] - [fɔːrθ] [kʌp]['beɪkən][fæt][ɪn][ðə; ði] ['skɪlɪt] [ænd; ənd] [fɪl] [ˌaɪ 'tiː][wɪð; wɪθ] ['æplz] .

Leave	**about**	**one**	**-**	**fourth**	**cup**	**bacon**	**fat**	**in**	**the**	**skillet**	**and**	**fill**	**it**	**with**	**apples**	**.**
离开	关于	一	-	第四	杯子	熏肉	胖的	在	这	煎锅	和	充满	它	和	苹果	.

在煎锅里留下大约四分之一杯培根油，然后放入苹果。

['sprɪŋk(ə)l][ɑːn][θriː] ['teɪbəlˌspuːnz] [ʌv; əv] ['ʃʊgər] .

Sprinkle	**on**	**3**	**tablespoons**	**of**	**sugar**	**.**
撒	在	3	汤匙	的	糖	.

撒上3汤匙糖。

['æplz] [fraɪd] [ðɪs] [weɪ] [rɪ'kwaɪər][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [mɔːr] ['ʃʊgər] [ðæn; ðən]['ɔːrd(ə)neri][fraɪd] ['æplz] .

Apples	**fried**	**this**	**way**	**require**	**a**	**little**	**more**	**sugar**	**than**	**ordinary**	**fried**	**apples**	**.**
苹果	油煎	这	方式	要求	一个	小的	更多的	糖	比	普通的	油煎	苹果	.

用这种方法炸的苹果需要比普通炸苹果多加一点糖。

['kʌvər] [ðə; ði] ['æplz] .

Cover	**the**	**apples**	**.**
覆盖	这	苹果	.

盖住苹果。

[kʊk] ['sloʊli] [ʌn'tɪl] ['tendər] .

Cook	**slowly**	**until**	**tender**	**.**
厨师	缓慢地	直到	投标	.

小火慢煮至软烂。

[ðen] [rɪ'muːv] [ðə; ði]['kʌvər][ænd; ənd][tɜːrn] ['æplz] ['dʒentli] , [soʊ][ðə; ði] ['piːsɪz] [wɪl] [kiːp] [ðer; ðər] [ʃeɪp] .

Then	**remove**	**the**	**cover**	**and**	**turn**	**apples**	**gently**	**,**	**so**	**the**	**pieces**	**will**	**keep**	**their**	**shape**	**.**
然后	消除	这	覆盖	和	转动	苹果	轻轻地	,	所以	这	件	将要	保持	他们的	形状	.

然后揭开盖子，轻轻转动苹果，使苹果块保持形状。

[let] [ðem; ðəm] [braʊn] ['laɪtli] .

Let	**them**	**brown**	**lightly**	**.**
让	他们	棕色的	轻轻	.

让它们稍微烤至棕色。

[ðeɪ] [ɑːr; ər] [ðen] ['ɔːlmoʊst][træns'pærənt] .

They	are	then	almost	transparent	.
他们	是	然后	几乎	透明的	.

它们那时几乎是透明的。

[pleɪs] [ðem; ðəm][ɑːn][ə; eɪ][hɑːt] ['plætər] , [ænd; ənd] [sə'raʊnd] [ðem; ðəm][wɪð; wɪθ][ðə; ði][krɪsp]['beɪkən] .

Place	them	on	a	hot	platter	,	and	surround	them	with	the	crisp	bacon	.
地方	他们	在	一个	热的	拼盘	,	和	环绕	他们	和	这	脆	熏肉	.

['sɛvən]

7
7

将它们放在热盘上，周围摆上酥脆的培根。7

['skæləpt; 'skɔːləpt; 'skɑːləpt] ['æplz]

Scalloped	Apples
扇贝状的	苹果

扇贝苹果

[per] , [kɔːr] , [ænd; ənd][slaɪs][tɑːrt] ['æplz] ,

Pare	,	core	,	and	slice	tart	apples	,
削减	,	核	,	和	片	酸	苹果	,

将酸苹果削皮、去核、切片。

['prefrəbli] [ðoʊz] [ʌv; əv][ə; eɪ][kaɪnd] [ðæt] [wɪl] [hoʊld][ðer; ðər] [ʃeɪp] [wen] [kʊkt] .

preferably	those	of	a	kind	that	will	hold	their	shape	when	cooked	.
最好	那些	的	一个	种类	那	将要	抓住	他们的	形状	什么时候	煮熟	.

最好选择那种煮熟后能保持形状的食材。

[pleɪs] [ə; eɪ] ['leɪər] [ʌv; əv][ðə; ði] [slaɪst] ['æplz] [ɪn][ə; eɪ] ['beɪkɪŋ] [dɪʃ] , ['sprɪŋk(ə)l][wɪð; wɪθ] ['ʃʊgər] ,

Place	a	layer	of	the	sliced	apples	in	a	baking	dish	,	sprinkle	with	sugar	,
地方	一个	层	的	这	切片	苹果	在	一个	烘烤	盘子	,	撒	和	糖	,

在烤盘中铺一层苹果片，撒上糖，

[dɑːt][wɪð; wɪθ] ['bʌtər] , [ɔːr] [pɔːr] [ɑːn][ə; eɪ]['lɪt(ə)l][meltid] ['bʌtər] .

dot	with	butter	,	or	pour	on	a	little	melted	butter	.
点	和	黄油	,	或者	倒	在	一个	小的	融化	黄油	.

点缀上黄油，或者淋上少许融化的黄油。

[pʊt][ɪn] [ə'nʌðər] ['leɪər] [ʌv; əv] ['æplz] [ænd; ənd] [kiːp] [ɑːn][ʌn'tɪl][ðə; ði] [dɪʃ] [ɪz] ['hiːpɪŋ] [fʊl] .

Put	in	another	layer	of	apples	and	keep	on	until	the	dish	is	heaping	full	.
放	在	其他	层	的	苹果	和	保持	在	直到	这	盘子	是	堆积	满的	.

再铺一层苹果，继续铺，直到盘子装满为止。

[pres] [ðə; ði] ['æplz] [daʊn] [ænd; ənd][pʊt][ɪn][æz; əz] ['meni] [æz; əz]['pɑːsəb(ə)l] .

Press	the	apples	down	and	put	in	as	many	as	possible	.
按	这	苹果	向下	和	放	在	作为	许多	作为	可能的	.

将苹果压实，尽可能多地放入。

['kʌvər] [ðə; ði] [dɪʃ] [ænd; ənd] [kʊk] [ðə; ði] ['æplz] ['sloʊli] [fɔːr; fər][wʌn][tuː; tə] 1½ ['aʊərz][ɪn][ə; eɪ] 300°F .

Cover	the	dish	and	cook	the	apples	slowly	for	1	to	1½	hours	in	a	300°F	.
覆盖	这	盘子	和	厨师	这	苹果	缓慢地	为了	1	到	1½	小时	在	一个	300°F	.

盖上锅盖，在 300°F 的温度下慢煮苹果 1 到 1.5 小时。

([sloʊ]) ['ʌv(ə)n] .

(	slow	)	oven	.
(	慢的	)	烤箱	.

（慢速）烤箱。

[ˌfɪf'tiːn] ['mɪnɪts] [bɪ'fɔːr] [ðə; ði] ['æplz] [ɑːr; ər][tuː; tə][biː; bi] [sɜːrvd] ,

Fifteen	minutes	before	the	apples	are	to	be	served	,
十五	分钟	前	这	苹果	是	到	是	服务	,

苹果上桌前十五分钟，

[rɪ'muːv] [ðə; ði]['kʌvər][ænd; ənd] [spred] ['bʌtərd] [bred] [krʌmz] ['oʊvər][ðə; ði][tɑːp] .

remove	**the**	**cover**	**and**	**spread**	**buttered**	**bread**	**crumbs**	**over**	**the**	**top**	**.**
消除	这	覆盖	和	传播	涂黄油的	面包	面包屑	超过	这	顶部	.

揭开盖子，在上面撒上涂了黄油的面包屑。

[rɪ'tɜːrn] [tuː; tə][ðə; ði]['ʌv(ə)n][ænd; ənd][let][ðə; ði] [krʌmz] [bɪ'kʌm] ['goʊldən] [braʊn] [ænd; ənd][krɪsp] .

Return	**to**	**the**	**oven**	**and**	**let**	**the**	**crumbs**	**become**	**golden**	**brown**	**and**	**crisp**	**.**
返回	到	这	烤箱	和	让	这	面包屑	变得	金的	棕色的	和	脆	.

放回烤箱，烤至面包屑呈金黄色酥脆即可。

[ðə; ði] ['æplz] [ðəm'selvz] [wɪl] [biː; bi][ɪn] [hoʊl] ['piːsɪz] [ænd; ənd]['ɔːlmoʊst][træns'pærənt] .

The	**apples**	**themselves**	**will**	**be**	**in**	**whole**	**pieces**	**and**	**almost**	**transparent**	**.**
这	苹果	他们自己	将要	是	在	所有的	件	和	几乎	透明的	.

苹果本身会变成完整的块状，而且几乎是透明的。

[sʌm; səm][kaɪndz] [wɪl] [biː; bi][pɪŋk][ɪn]['kʌlər] .

Some	**kinds**	**will**	**be**	**pink**	**in**	**color**	**.**
一些	种类	将要	是	粉色的	在	颜色	.

有些品种是粉红色的。

['skæləpt; 'skɔːləpt; 'skɑːləpt] ['æplz] [ɑːr; ər] [gʊd] [sɜːrvd] [hɑːt][wɪð; wɪθ][meɪn] [kɔːrs] [ʌv; əv] ['dɪnər] [ɔːr] ['sʌpər] .

Scalloped	**apples**	**are**	**good**	**served**	**hot**	**with**	**main**	**course**	**of**	**dinner**	**or**	**supper**	**.**
扇贝状的	苹果	是	好的	服务	热的	和	主要的	课程	的	晚餐	或者	晚餐	.

焗苹果片趁热食用，可搭配晚餐或夜宵的主菜。

['sælədz]

Salads
沙拉

沙拉

['kæbɪdʒ] [ænd; ənd] ['kærət] ['sæləd]

Cabbage	**and**	**Carrot**	**Salad**
卷心菜	和	胡萝卜	沙拉

卷心菜胡萝卜沙拉

[juːz]['iːkwəl][pɑːrts][ʌv; əv]['greɪtɪd] ['kærəts] [ænd; ənd] ['faɪnli] ['ʃrɛdəd, 'ʃrɛdɪd] ['kæbɪdʒ] .

Use	**equal**	**parts**	**of**	**grated**	**carrots**	**and**	**finely**	**shredded**	**cabbage**	**.**
使用	平等的	部分	的	磨碎的	胡萝卜	和	精细地	碎	卷心菜	.

将等量的胡萝卜丝和卷心菜丝混合使用。

[mɪks][ðə; ði] ['kærəts] [ænd; ənd] ['kæbɪdʒ] [tə'geðər] [wɪð; wɪθ]['sæləd] ['dresɪŋ] [ʌn'tɪl] [wel] ['blendɪd] .

Mix	**the**	**carrots**	**and**	**cabbage**	**together**	**with**	**salad**	**dressing**	**until**	**well**	**blended**	**.**
混合	这	胡萝卜	和	卷心菜	一起	和	沙拉	敷料	直到	出色地	混合	.

将胡萝卜和卷心菜与沙拉酱混合均匀。

[sɜːrv] [ɑːn][krɪsp] ['letɪs] .

Serve	**on**	**crisp**	**lettuce**	**.**
服务	在	脆	莴苣	.

盛在爽脆的生菜上。

[stʌft] ['seləri]

Stuffed	**Celery**
填充	芹菜

酿芹菜

[kʌt] [ðə; ði] ['seləri] ['ɪntuː] ['piːsɪz] [kən'viːniənt] [fɔːr; fər] ['hændlɪŋ] .

Cut	**the**	**celery**	**into**	**pieces**	**convenient**	**for**	**handling**	**.**
切	这	芹菜	进入	件	方便的	为了	处理	.

将芹菜切成便于处理的段。

[fɪl] [ðə; ði] ['hɑːloʊ] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['seləri] [stɔːks] [wɪð; wɪθ] [kriːm] [tʃiːz] [mɪkst] [wɪð; wɪθ] [tʃɑːpt]

Fill	**the**	**hollow**	**of**	**the**	**celery**	**stalks**	**with**	**cream**	**cheese**	**mixed**	**with**	**chopped**
充满	这	空洞的	的	这	芹菜	茎	和	奶油	奶酪	混合	和	切碎

[pə'mentoʊ] ,

pimiento	**,**
辣椒	,

将拌有切碎甜椒的奶油奶酪填入芹菜茎的空心部分，

[griːn] ['pepər] , [ænd; ənd] [tʃɑːpt] [nʌts] .

green	**pepper**	**,**	**and**	**chopped**	**nuts**	**.**
绿色的	胡椒	,	和	切碎	坚果	.

青椒和碎坚果。

[sɜːrv] [ɑːn] [ðə; ði] [pleɪt] [wɪð; wɪθ] [ə'nʌðər] ['sæləd] [ɔːr] [æz; əz] [ə; eɪ] ['relɪʃ] .

Serve	**on**	**the**	**plate**	**with**	**another**	**salad**	**or**	**as**	**a**	**relish**	**.**
服务	在	这	盘子	和	其他	沙拉	或者	作为	一个	尽情享用	.

可以和另一份沙拉一起盛在盘子里，也可以作为配菜。

[pə'teɪtoʊ] ['sæləd]

Potato	**Salad**
土豆	沙拉

土豆沙拉

[fɔːr] ['miːdiəm] - [saɪzd] [pə'tetoz] .

4	**medium**	**-**	**sized**	**potatoes**	**.**
4	中等的	-	尺寸	土豆	.

4个中等大小的土豆。

[wʌn] [kʌp] ['faɪnli] [kʌt] ['seləri] .

1	**cup**	**finely**	**cut**	**celery**	**.**
1	杯子	精细地	切	芹菜	.

1 杯切碎的芹菜。

1½ ['tiːspuːn] [sɔːlt] .

1½	**teaspoons**	**salt**	**.**
1½	茶匙	盐	.

1.5茶匙盐。

[wʌn] ['tiːspuːn] ['greɪtɪd] ['ʌnjən] [ɔːr] [mɔːr] .

1	**teaspoon**	**grated**	**onion**	**or**	**more**	**.**
1	茶匙	磨碎的	洋葱	或者	更多的	.

1茶匙或更多磨碎的洋葱。

¼ [kʌp] [tʃɑːpt] ['pɪkl] .

¼	**cup**	**chopped**	**pickle**	**.**
¼	杯子	切碎	泡菜	.

¼ 杯切碎的酸黄瓜。

[wʌn] [kʌp] ['sæləd] ['dresɪŋ] .

1	**cup**	**salad**	**dressing**	**.**
1	杯子	沙拉	敷料	.

1 杯沙拉酱。

[kʊk] [ðə; ði] [pə'tetoz] [ɪn] [ðer; ðər] ['dʒækɪts] [ɪn] ['bɔɪlɪŋ] ['sɔːltɪd] ['wɔːtər] .

Cook	**the**	**potatoes**	**in**	**their**	**jackets**	**in**	**boiling**	**salted**	**water**	**.**
厨师	这	土豆	在	他们的	夹克	在	沸腾	咸的	水	.

将土豆连皮放入沸腾的盐水中煮熟。

[æz; əz] [suːn] [æz; əz][ðə; ði] [pə'tetoz] [ɑːr; ər]['tendər] , [bʌt; bət][nɑːt][sɔːft] , [dreɪn][ðem; ðəm][ænd; ənd]

As	soon	as	the	potatoes	are	tender	,	but	not	soft	,	drain	them	and
作为	很快	作为	这	土豆	是	投标	,	但	不是	柔软的	,	流走	他们	和

[rɪ'muːv] [ðə; ði][skɪnz] .

remove	the	skins	.
消除	这	皮肤	.

土豆煮至变软但未完全煮烂后，沥干水分并去皮。

[wen] [ðeɪ] [ɑːr; ər][koʊld] , [kʌt][ðə; ði] [pə'tetoz] [ɪn][smɔːl]['juːnɪfɔːrm][kjuːbz] .

When	they	are	cold	,	cut	the	potatoes	in	small	uniform	cubes	.
什么时候	他们	是	寒冷的	,	切	这	土豆	在	小的	制服	立方体	.

土豆冷却后，切成大小均匀的小方块。

[ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði] ['seləri] , ['ʌnjən] , ['pɪkl] , [sɔːlt] , [ænd; ənd]['sæləd] ['dresɪŋ] .

Add	the	celery	,	onion	,	pickle	,	salt	,	and	salad	dressing	.
添加	这	芹菜	,	洋葱	,	泡菜	,	盐	,	和	沙拉	敷料	.

加入芹菜、洋葱、酸黄瓜、盐和沙拉酱。

[mɪks] [tə'geðər] ['laɪtli] [tuː; tə][ə'vɔɪd] ['breɪkɪŋ] [ðə; ði] [pə'tetoz] [ænd; ənd] ['meɪkɪŋ] [ðem; ðəm] ['mʌʃi] .

Mix	together	lightly	to	avoid	breaking	the	potatoes	and	making	them	mushy	.
混合	一起	轻轻	到	避免	打破	这	土豆	和	制作	他们	糊状	.

轻轻搅拌，以免土豆弄碎或煮成糊状。

[tʃɪl] ['θɜːrəli] [ænd; ənd] [sɜːrv] [ɑːn][krɪsp] ['letɪs] [liːvz] . [eɪt]

Chill	thoroughly	and	serve	on	crisp	lettuce	leaves	.	8
寒意	彻底	和	服务	在	脆	莴苣	树叶	.	8

彻底冷却后，盛在爽脆的生菜叶上即可食用。

[tə'meɪtoʊ]['æspɪk]['sæləd]

Tomato	Aspic	Salad
番茄	肉冻	沙拉

番茄冻沙拉

[ˌtuː'tuː] ['envələʊps] ['dʒelətɪn] .

2	envelopes	gelatin	.
2	信封	明胶	.

包明胶。

[wʌn][kwɔːrt] [kænd] [tə'meɪtoʊz] .

1	quart	canned	tomatoes	.
1	夸脱	罐装	西红柿	.

1夸脱罐装番茄。

[wʌn] ['teɪblspuːn] ['faɪnli] [tʃɑːpt] [griːn] ['pepər] .

1	tablespoon	finely	chopped	green	pepper	.
1	汤匙	精细地	切碎	绿色的	胡椒	.

1汤匙切碎的青椒。

[ˌtuː'tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] ['faɪnli] [tʃɑːpt] ['seləri] .

2	tablespoons	finely	chopped	celery	.
2	汤匙	精细地	切碎	芹菜	.

2汤匙切碎的芹菜。

[wʌn] ['teɪblspuːn] ['faɪnli] [tʃɑːpt] ['pɑːrsli] .

1	tablespoon	finely	chopped	parsley	.
1	汤匙	精细地	切碎	香菜	.

1汤匙切碎的欧芹。

[wʌn][kʌp] ['veri] ['faɪnli] ['ʃrɛdəd, 'ʃrɛdɪd] ['kæbɪdʒ] .

1	cup	very	finely	shredded	cabbage	.
1	杯子	非常	精细地	碎	卷心菜	.

1 杯切成极细丝的卷心菜。

1½ ['tiːspuːn] [sɔːlt] .

1½	**teaspoons**	**salt**	**.**
1½	茶匙	盐	.

1.5茶匙盐。

½ ['tiːspuːn] ['ʌnjən] [dʒuːs] .

½	**teaspoon**	**onion**	**juice**	**.**
½	茶匙	洋葱	汁	.

½茶匙洋葱汁。

½ ['tiːspuːn] ['ʃʊgər] .

½	**teaspoon**	**sugar**	**.**
½	茶匙	糖	.

半茶匙糖。

[soʊk] [ðə; ði] ['dʒelətɪn] [ɪn] [ə; eɪ] [smɔːl] ['kwɑːntəti] [ʌv; əv] ['wɔːtər] .

Soak	**the**	**gelatin**	**in**	**a**	**small**	**quantity**	**of**	**water**	**.**
浸泡	这	明胶	在	一个	小的	数量	的	水	.

将明胶浸泡在少量水中。

[bɔɪl] [ðə; ði] [tə'meɪtoʊz] [fɔːr; fər] [faɪv] ['mɪnɪts] [ænd; ənd] [streɪn] [θruː] [ə; eɪ] [faɪn] [sɪv] [tuː; tə] [rɪ'muːv]

Boil	**the**	**tomatoes**	**for**	**5**	**minutes**	**and**	**strain**	**through**	**a**	**fine**	**sieve**	**to**	**remove**
熬	这	西红柿	为了	5	分钟	和	拉紧	通过	一个	美好的	筛	到	消除

[ðə; ði] [siːdz] .

the	**seeds**	**.**
这	种子	.

将番茄煮5分钟，然后用细筛过滤去除籽。

[pɔːr] [ðə; ði] [hɑːt] [tə'meɪtoʊ] [dʒuːs] ['oʊvər] [ðə; ði] ['dʒelətɪn] [ænd; ənd] [stɜːr] [ʌn'tɪl] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [dɪ'zɑːlvd] .

Pour	**the**	**hot**	**tomato**	**juice**	**over**	**the**	**gelatin**	**and**	**stir**	**until**	**it**	**is**	**dissolved**	**.**
倒	这	热的	番茄	汁	超过	这	明胶	和	搅拌	直到	它	是	溶解	.

将热番茄汁倒入明胶中，搅拌至明胶完全溶解。

[ˌeɪ diː 'diː] [ðə; ði] [sɔːlt] , ['ʌnjən] [dʒuːs] , [ænd; ənd] [ðə; ði] ['ʃʊgər] [ænd; ənd] [tʃɪl] .

Add	**the**	**salt**	**,**	**onion**	**juice**	**,**	**and**	**the**	**sugar**	**and**	**chill**	**.**
添加	这	盐	,	洋葱	汁	,	和	这	糖	和	寒意	.

加入盐、洋葱汁和糖，然后冷藏。

[wen] [ðə; ði] ['dʒelətɪn] ['mɪkstʃər] [ɪz] ['pɑːrtli] [set] , [ˌeɪ diː 'diː] [ðə; ði] ['faɪnli] ['ʃrɛdəd, 'ʃrɛdɪd] ['vedʒtəb(ə)lz]

When	**the**	**gelatin**	**mixture**	**is**	**partly**	**set**	**,**	**add**	**the**	**finely**	**shredded**	**vegetables**
什么时候	这	明胶	混合物	是	部分	放	,	添加	这	精细地	碎	蔬菜

[ænd; ənd] [mɪks] [wel] .

and	**mix**	**well**	**.**
和	混合	出色地	.

当明胶混合物部分凝固时，加入切碎的蔬菜并搅拌均匀。

[ˌeɪ diː 'diː] [mɔːr] [sɔːlt] [ɪf] ['niːdɪd] .

Add	**more**	**salt**	**if**	**needed**	**.**
添加	更多的	盐	如果	需要	.

如果需要，可以再加些盐。

[pɔːr] ['ɪntuː] [wet] ['kʌstərd] [kʌps] [ænd; ənd] [pleɪs] [ɪn] [ðə; ði] [koʊld] [ʌn'tɪl] [set] .

Pour	**into**	**wet**	**custard**	**cups**	**and**	**place**	**in**	**the**	**cold**	**until**	**set**	**.**
倒	进入	湿的	蛋奶冻	杯子	和	地方	在	这	寒冷的	直到	放	.

将蛋奶糊倒入湿润的蛋奶糊杯中，放入冰箱冷藏至凝固。

[tɜːrn] [ðiːz] [moʊldz] [aʊt] [ɑːn] [krɪsp] ['letɪs] [liːvz] [ænd; ənd] [sɜːrv] [wɪð; wɪθ] ['meɪəneɪz] .

Turn	**these**	**molds**	**out**	**on**	**crisp**	**lettuce**	**leaves**	**and**	**serve**	**with**	**mayonnaise**	**.**
转动	这些	模具	出去	在	脆	莴苣	树叶	和	服务	和	蛋黄酱	.

将这些模具倒扣在爽脆的生菜叶上，佐以蛋黄酱即可食用。

['brɛdz]
Breads
面包

面包

['bɔːstən; 'bɑːstən] [braʊn] [bred]
Boston **Brown** **Bread**
波士顿 棕色的 面包

波士顿棕面包

[wʌn] [kʌp] [kɔːrn] [miːl] .
1 **cup** **corn** **meal** **.**
1 杯子 玉米 一顿饭 .

杯玉米粉。

[wʌn] [kʌp] [raɪ] [miːl] .
1 **cup** **rye** **meal** **.**
1 杯子 黑麦 一顿饭 .

1 杯黑麦粉。

[wʌn] [kʌp] [hoʊl] [wiːt] ['flaʊər] .
1 **cup** **whole** **wheat** **flour** **.**
1 杯子 所有的 小麦 面粉 .

1 杯全麦面粉。

[wʌn] ['tiːspuːn] [sɔːlt] .
1 **teaspoon** **salt** **.**
1 茶匙 盐 .

1茶匙盐。

¾ [kʌp] [mə'læsɪz] .
¾ **cup** **molasses** **.**
¾ 杯子 糖蜜 .

¾ 杯糖蜜。

[ˌtuː'tuː] [kʌps] ['saʊər] [mɪlk] [ænd; ənd] 1½ ['tiːspuːn] ['soʊdə] ,
2 **cups** **sour** **milk** **and** **1½** **teaspoons** **soda** **,**
2 杯子 酸的 牛奶 和 1½ 茶匙 苏打 ,

2 杯酸奶和 1.5 茶匙苏打水，

[ɔːr] 1¾ [kʌps] [swiːt] [mɪlk] [ænd; ənd] [fɔːr] ['tiːspuːn] ['beɪkɪŋ] ['paʊdər] .
or **1¾** **cups** **sweet** **milk** **and** **4** **teaspoons** **baking** **powder** **.**
或者 1¾ 杯子 甜的 牛奶 和 4 茶匙 烘烤 粉末 .

或者 1¾ 杯甜牛奶和 4 茶匙泡打粉。

[mɪks] [ænd; ənd] [sɪft] [ðə; ði] [draɪ] [ɪn'griːdiənts] ; [ˌeɪ diː 'diː] [ðə; ði] [mə'læsɪz] [ænd; ənd] [ðə; ði] [mɪlk] .
Mix **and** **sift** **the** **dry** **ingredients** **;** **add** **the** **molasses** **and** **the** **milk** **.**
混合 和 筛 这 干燥 原料 ; 添加 这 糖蜜 和 这 牛奶 .

将干料混合过筛；加入糖蜜和牛奶。

[biːt] [ðə; ði] ['mɪkstʃər] ['θɜːrəli] .
Beat **the** **mixture** **thoroughly** **.**
打 这 混合物 彻底 .

将混合物充分搅拌均匀。

[pɔːr] [ðə; ði] ['bætər] ['ɪntuː] [ə; eɪ] [griːst] [tɪn] [kæn; kən] [ɔːr] [moʊld] [ʌn'tɪl] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [ə'baʊt] [θriː] - [fɔːθs]
Pour **the** **batter** **into** **a** **greased** **tin** **can** **or** **mold** **until** **it** **is** **about** **three** **-** **fourths**
倒 这 连击 进入 一个 涂油 锡 能 或者 模具 直到 它 是 关于 三 - 第四部分
[fʊl] .
full **.**
满的 .

将面糊倒入抹了油的锡罐或模具中，直到装到大约四分之三满。

['kʌvər] , [ænd; ənd] [stiːm] [fɔːr; fər] 3½ ['aʊərz] .

Cover	**,**	**and**	**steam**	**for**	**3½**	**hours**	**.**
覆盖	,	和	蒸汽	为了	3½	小时	.

盖上盖子，蒸3个半小时。

[rɪ'muːv] [ðə; ði]['kʌvər] ,

Remove	**the**	**cover**	**,**
消除	这	覆盖	,

取下盖子，

[ænd; ənd] [beɪk] [ðə; ði] [bred] [ɪn][ə; eɪ] ['mɑːdərət] ['ʌv(ə)n][fɔːr; fər] ½ ['aʊər][tuː; tə][draɪ][ˌaɪ 'tiː][ɔːf] .

and	**bake**	**the**	**bread**	**in**	**a**	**moderate**	**oven**	**for**	**½**	**hour**	**to**	**dry**	**it**	**off**	**.**
和	烤	这	面包	在	一个	缓和	烤箱	为了	½	小时	到	干燥	它	离开	.

将面包放入中等温度的烤箱中烘烤半小时，使其变干。

[ɪf] [ðə; ði] [bred] [siːmz] ['laɪkli] [tuː; tə]['krʌmb(ə)l] ,

If	**the**	**bread**	**seems**	**likely**	**to**	**crumble**	**,**
如果	这	面包	似乎	可能	到	崩溃	,

如果面包看起来容易碎裂，

[luːp] [ə; eɪ] [kliːn] [strɪŋ] [ə'raʊnd] [ðə; ði][loʊf][ænd; ənd][kʌt]['slaɪsɪz][baɪ] ['pʊlɪŋ] [ðə; ði]['ɛndz][ʌv; əv][ðə; ði] [strɪŋ] .

loop	**a**	**clean**	**string**	**around**	**the**	**loaf**	**and**	**cut**	**slices**	**by**	**pulling**	**the**	**ends**	**of**	**the**	**string**	**.**
环形	一个	干净的	细绳	大约	这	面包	和	切	切片	经过	拉	这	结束	的	这	细绳	.

用干净的绳子绕面包一圈，拉动绳子的两端即可切出面包片。

[tʃiːz] [strɔːz]

Cheese	**Straws**
奶酪	吸管

奶酪条

[wʌn][kʌp]['flaʊər] .

1	**cup**	**flour**	**.**
1	杯子	面粉	.

杯面粉。

½ ['tiːspuːn] [sɔːlt] .

½	**teaspoon**	**salt**	**.**
½	茶匙	盐	.

½茶匙盐。

¼ [kʌp][fæt] .

¼	**cup**	**fat**	**.**
¼	杯子	胖的	.

¼ 杯脂肪。

[wʌn][kʌp]['greɪtɪd] [tʃiːz] .

1	**cup**	**grated**	**cheese**	**.**
1	杯子	磨碎的	奶酪	.

1 杯磨碎的奶酪。

- / - ['tiːspuːn] [kaɪ'en] .

1	**/**	**16**	**teaspoon**	**cayenne**	**.**
-	/	-	茶匙	辣椒	.

1/1/4茶匙辣椒粉。

[θriː] ['teɪbəlˌspuːnz] ['wɔːtər] .

3	**tablespoons**	**water**	**.**
3	汤匙	水	.

3汤匙水。

[kʌt] [ðə; ði]['flaʊər] , [sɔ:lt] , [kaɪ'en] , [fæt] ,

Cut	**the**	**flour**	**,**	**salt**	**,**	**cayenne**	**,**	**fat**	**,**
切	这	面粉	,	盐	,	辣椒	,	胖的	,

减少面粉、盐、辣椒粉和油脂的用量。

[ænd; ənd][wʌn] - [hæf][ʌv; əv][ðə; ði] [tʃi:z] [tə'geðər] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ] ['bɪskɪt] ['kʌtər] [ʌn'tɪl][ðə; ði] [mæs] [ɪz]

and	**one**	**-**	**half**	**of**	**the**	**cheese**	**together**	**with**	**a**	**biscuit**	**cutter**	**until**	**the**	**mass**	**is**
和	一	-	一半	的	这	奶酪	一起	和	一个	饼干	刀具	直到	这	大量的	是

[wel] ['blendɪd] .

well	**blended**	**.**
出色地	混合	.

将一半奶酪与饼干模具一起搅拌，直到混合物充分混合。

[ˌeɪ di: 'di:][ðə; ði]['wɔ:tər][ænd; ənd][mɪks] [wel] .

Add	**the**	**water**	**and**	**mix**	**well**	**.**
添加	这	水	和	混合	出色地	.

加水并搅拌均匀。

[tɔ:s] [ɑ:n][ə; eɪ] ['slaɪtli] ['flaʊərd] [bɔ:rd] [ænd; ənd][roʊl][ˌtu:'tu:][ɔ:r][θri:] [taɪmz] [ʌn'tɪl][ðə; ði] [doʊ] [ɪz]

Toss	**on**	**a**	**slightly**	**floured**	**board**	**and**	**roll**	**2**	**or**	**3**	**times**	**until**	**the**	**dough**	**is**
折腾	在	一个	轻微地	撒了面粉	木板	和	卷	2	或者	3	时代	直到	这	面团	是

[smu:ð] .

smooth	**.**
光滑的	.

将面团放在撒了少许面粉的案板上，擀2到3次，直到面团光滑。

['sprɪŋk(ə)l][ɑ:n][wʌn][hæf][ʌv; əv][ðə; ði] [rɪ'meɪndər] [ʌv; əv][ðə; ði] [tʃi:z] [ænd; ənd][roʊl] [ə'gen] .

Sprinkle	**on**	**one**	**half**	**of**	**the**	**remainder**	**of**	**the**	**cheese**	**and**	**roll**	**again**	**.**
撒	在	一	一半	的	这	余	的	这	奶酪	和	卷	再次	.

撒上剩余奶酪的一半，再卷起来。

[rɪ'pi:t] [ðɪs] [ʌn'tɪl] [ɔ:l][ðə; ði] [tʃi:z] [ɪz] [ju:st] .

Repeat	**this**	**until**	**all**	**the**	**cheese**	**is**	**used**	**.**
重复	这	直到	全部	这	奶酪	是	用过的	.

重复此步骤直至所有奶酪用完。

[roʊl][ðə; ði] [mæs] [aʊt] [ʌn'tɪl] [ə'baʊt] ¼ [ɪntʃ] [θɪk] .

Roll	**the**	**mass**	**out**	**until**	**about**	**¼**	**inch**	**thick**	**.**
卷	这	大量的	出去	直到	关于	¼	英寸	厚的	.

将面团擀至约 ¼ 英寸厚。

[kʌt] [ɪn] [strɪps] ½ [ɪntʃ] [waɪd] [ænd; ənd][sɪks] [ɪntʃɪz] [lɔ:ŋ] .

Cut	**in**	**strips**	**½**	**inch**	**wide**	**and**	**6**	**inches**	**long**	**.**
切	在	条状物	½	英寸	宽的	和	6	英寸	长的	.

切成 ½ 英寸宽、6 英寸长的条状。

[pleɪs] [ðə; ði] [strɪps] [ɑ:n][ə; eɪ] ['beɪkɪŋ] [ʃi:t] [ænd; ənd] [beɪk] [ʌn'tɪl][ə; eɪ] ['delɪkət] [braʊn] ,

Place	**the**	**strips**	**on**	**a**	**baking**	**sheet**	**and**	**bake**	**until**	**a**	**delicate**	**brown**	**,**
地方	这	条状物	在	一个	烘烤	床单	和	烤	直到	一个	精美的	棕色的	,

将面条放在烤盘上，烘烤至呈浅棕色。

[ɪn][ə; eɪ][hɑ:t]['ʌv(ə)n] , [ə'baʊt] 400°F . [naɪn]

in	**a**	**hot**	**oven**	**,**	**about**	**400°F**	**.**	**9**
在	一个	热的	烤箱	,	关于	400°F	.	9

在约400华氏度的热烤箱中烘烤。9

['wɔfəlz]

Waffles
华夫饼

华夫饼

1½ [kʌps] [mɪlk] .
1½ cups milk .
1½ 杯子 牛奶 .

1.5 杯牛奶。

[ˌtuːˈtuː] [kʌps] ['sɪftɪd] [keɪk] ['flaʊər] .
2 cups sifted cake flour .
2 杯子 筛过的 蛋糕 面粉 .

2 杯过筛蛋糕粉。

[θriː] ['teɪbəlˌspuːnz] [fæt] .
3 tablespoons fat .
3 汤匙 胖的 .

3汤匙脂肪。

[ˌtuːˈtuː] [egz] .
2 eggs .
2 鸡蛋 .

2个鸡蛋。

[θriː] ['tiːspuːn] ['beɪkɪŋ] ['paʊdər] .
3 teaspoons baking powder .
3 茶匙 烘烤 粉末 .

3茶匙泡打粉。

1½ ['teɪbəlˌspuːnz] ['ʃʊgər] .
1½ tablespoons sugar .
1½ 汤匙 糖 .

1.5汤匙糖。

¾ ['tiːspuːn] [sɔːlt] .
¾ teaspoon salt .
¾ 茶匙 盐 .

¾茶匙盐。

[mɪks][ðə; ði][draɪ] [ɪn'griːdiənts] , [ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði][mɪlk][ænd; ənd] [eg] [joʊk] , [ðen] [ðə; ði][meltid][fæt] ,
Mix the dry ingredients , add the milk and egg yolks , then the melted fat ,
混合 这 干燥 原料 , 添加 这 牛奶 和 蛋 蛋黄 , 然后 这 融化 胖的 ,

将干料混合，加入牛奶和蛋黄，然后加入融化的油脂。

[ænd; ənd]['læstli][foʊld][ɪn][ðə; ði] ['biːtn] [waɪts] [ʌv; əv] [egz] .
and lastly fold in the beaten whites of eggs .
和 最后 折叠 在 这 被打败 白人 的 鸡蛋 .

最后拌入打发的蛋白。

[hæv; həv][ðə; ði] ['wɑːfl] ['aɪərn][hɑːt] [ɪ'nʌf] [tuː; tə] [braʊn] [ðə; ði] ['wɑːfl] ['kwɪkli] [ænd; ənd] [wel] [griːst]
Have the waffle iron hot enough to brown the waffle quickly and well greased
有 这 胡扯 铁 热的 足够的 到 棕色的 这 胡扯 迅速地 和 出色地 涂油
[ən'les] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][ðə; ði] [ɪ'lektrɪkli] ['hiːtɪd] [ə'luːmɪnəm; ə'luːmənəm][kaɪnd] .
unless it is the electrically heated aluminum kind .
除非 它 是 这 电气 加热 铝 种类 .

华夫饼机要足够热，以便华夫饼能快速变成金黄色，而且要涂上足够的油脂，除非是电加热的铝制华夫饼机。

[ɪn] [ðæt] [keɪs] , [ˌeɪ diː 'diː][æn; ən]['ekstrə] ['teɪblspuːn] [ʌv; əv][meltid] ['ʃɔːrtnɪŋ] [tuː; tə][ðə; ði] ['bætər] .
In that case , add an extra tablespoon of melted shortening to the batter .
在 那 案件 , 添加 一个 额外的 汤匙 的 融化 缩短 到 这 连击 .

在这种情况下，在面糊中再加入一汤匙融化的起酥油。

[dɪˈzɜːrts]
Desserts
甜点

甜点

['tʃɔːklət] [suːˈfleɪ]
Chocolate **Souffle**
巧克力 舒芙蕾

巧克力舒芙蕾

½ [kʌp] ['ʃʊgər] .
½ **cup** **sugar** **.**
½ 杯子 糖 .

半杯糖。

½ [kʌp] [faɪn] [draɪ] [bred] [krʌmz] .
½ **cup** **fine** **dry** **bread** **crumbs** **.**
½ 杯子 美好的 干燥 面包 面包屑 .

半杯细干面包屑。

[wʌn] ['teɪblspuːn] ['flaʊər] .
1 **tablespoon** **flour** **.**
1 汤匙 面粉 .

1汤匙面粉。

[wʌn] ['teɪblspuːn] ['bʌtər] .
1 **tablespoon** **butter** **.**
1 汤匙 黄油 .

1汤匙黄油。

1½ [skwer] [ˌʌn'swiːtnd] ['tʃɔːklət] .
1½ **squares** **unsweetened** **chocolate** **.**
1½ 正方形 无糖 巧克力 .

1.5块无糖巧克力。

½ ['tiːspuːn] [sɔːlt] .
½ **teaspoon** **salt** **.**
½ 茶匙 盐 .

½茶匙盐。

¾ [kʌp] [mɪlk] .
¾ **cup** **milk** **.**
¾ 杯子 牛奶 .

¾ 杯牛奶。

[fɔːr] [egz] .
4 **eggs** **.**
4 鸡蛋 .

4个鸡蛋。

½ ['tiːspuːn] [və'nɪlə] .
½ **teaspoon** **vanilla** **.**
½ 茶匙 香草 .

½茶匙香草精。

[mɪks] [ðə; ði] ['flaʊər] [ænd; ənd] ['bʌtər] , [ˌeɪ diː 'diː] [ðə; ði] [mɪlk] , [ænd; ənd] [stɜːr] ['oʊvər] [hiːt] [ʌn'tɪl]
Mix **the** **flour** **and** **butter** **,** **add** **the** **milk** **,** **and** **stir** **over** **heat** **until**
混合 这 面粉 和 黄油 , 添加 这 牛奶 , 和 搅拌 超过 热 直到
['θɪkənd] .
thickened **.**
增稠 .

将面粉和黄油混合，加入牛奶，加热搅拌至浓稠。

[melt][ðə; ði] ['tʃɔ:klət] ['oʊvər] [sti:m] , [ænd; ənd][ˌeɪ di: 'di:][tu:; tə][ðə; ði] [kri:m] [sɔ:s] , [wɪð; wɪθ][ðə; ði]

Melt	**the**	**chocolate**	**over**	**steam**	**,**	**and**	**add**	**to**	**the**	**cream**	**sauce**	**,**	**with**	**the**
熔化	这	巧克力	超过	蒸汽	,	和	添加	到	这	奶油	酱	,	和	这

[sɔ:lt] ,

salt	**,**
盐	,

将巧克力隔水融化，然后加入奶油酱中，并加入盐。

[bred] [krʌmz] , ['ʃʊgər] , [və'nɪlə] , [ænd; ənd] [wel] ['bi:tn] [eg] [joʊk] .

bread	**crumbs**	**,**	**sugar**	**,**	**vanilla**	**,**	**and**	**well**	**beaten**	**egg**	**yolks**	**.**
面包	面包屑	,	糖	,	香草	,	和	出色地	被打败	蛋	蛋黄	.

面包屑、糖、香草精和打散的蛋黄。

[bi:t] [wel] .

Beat	**well**	**.**
打	出色地	.

打得好。

[foʊld][ɪn][ðə; ði] [wel] ['bi:tn] [waɪts] [ʌv; əv][ðə; ði] [egz] .

Fold	**in**	**the**	**well**	**beaten**	**whites**	**of**	**the**	**eggs**	**.**
折叠	在	这	出色地	被打败	白人	的	这	鸡蛋	.

将打发的蛋白轻轻拌入面糊中。

[pɔ:r] ['ɪntu:][ə; eɪ] [gri:st] 1½ [kwɔ:rt] ['pʊdɪŋ] [dɪʃ] [ænd; ənd] [beɪk] [ɪn][ə; eɪ] [sloʊ] ['ʌv(ə)n] (325°F .)

Pour	**into**	**a**	**greased**	**1½**	**quart**	**pudding**	**dish**	**and**	**bake**	**in**	**a**	**slow**	**oven**	**(**	**325°F**	**.**	**)**
倒	进入	一个	涂油	1½	夸脱	布丁	盘子	和	烤	在	一个	慢的	烤箱	(	325°F	.	)

[fɔ:r; fər][wʌn]['aʊər] ,

for	**1**	**hour**	**,**
为了	1	小时	,

倒入抹了油的1.5夸脱布丁盘中，放入低温烤箱（325°F）烘烤1小时。

[ɔ:r][ʌn'tɪl] [wel] [set][ɪn][ðə; ði]['mɪd(ə)l] .

or	**until**	**well**	**set**	**in**	**the**	**middle**	**.**
或者	直到	出色地	放	在	这	中间	.

或者直到中间凝固为止。

[sɜ:rv] [hɑ:t][wɪð; wɪθ][ðə; ði][hɑ:rd] [sɔ:s] ([peɪdʒ][naɪn]) .

Serve	**hot**	**with**	**the**	**hard**	**sauce**	**(**	**page**	**9**	**)**	**.**
服务	热的	和	这	难的	酱	(	页	9	)	.

趁热佐以特制酱汁（第 9 页）。

[hɑ:rd] [sɔ:s]

Hard	**Sauce**
难的	酱

硬酱

¼ [kʌp] ['bʌtər] .

¼	**cup**	**butter**	**.**
¼	杯子	黄油	.

¼ 杯黄油。

¾ [kʌp] ['paʊdərd] ['ʃʊgər] .

¾	**cup**	**powdered**	**sugar**	**.**
¾	杯子	粉末状	糖	.

¾ 杯糖粉。

½ ['ti:spu:n] [və'nɪlə] .

½	**teaspoon**	**vanilla**	**.**
½	茶匙	香草	.

½茶匙香草精。

⅛ ['tiːspuːn] ['greɪtɪd] ['nʌtmeg] .
⅛ teaspoon grated nutmeg .
⅛ 茶匙 磨碎的 肉豆蔻 .

⅛茶匙磨碎的肉豆蔻。

[kriːm] [tə'geðər] [ðə; ði] ['bʌtər] [ænd; ənd] ['ʃʊgər] , [ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði] [və'nɪlə] [ænd; ənd] ['nʌtmeg] .
Cream together the butter and sugar , add the vanilla and nutmeg .
奶油 一起 这 黄油 和 糖 , 添加 这 香草 和 肉豆蔻 .

将黄油和糖搅打均匀，加入香草精和肉豆蔻粉。

[ðə; ði]['siːkrət][ʌv; əv] ['kriːmi] [hɑːrd] [sɔːs] [laɪz][ɪn] [lɔːŋ] ['biːtɪŋ] .
The secret of creamy hard sauce lies in long beating .
这 秘密 的 奶油状 难的 酱 谎言 在 长的 殴打 .

浓稠奶油酱的秘诀在于长时间搅拌。

[tʃɪl] [bɪ'fɔːr] ['sɜːrvɪŋ] .
Chill before serving .
寒意 前 服务 .

冷藏后食用。

['rɑːks]
Rocks
岩石

岩石

1½ [kʌps] [laɪt] [braʊn] ['ʃʊgər] .
1½ cups light brown sugar .
1½ 杯子 光 棕色的 糖 .

1.5 杯浅棕糖。

[wʌn][kʌp] ['bʌtər] .
1 cup butter .
1 杯子 黄油 .

1 杯黄油。

[θriː] [egz] , [wel] ['biːtn] .
3 eggs , well beaten .
3 鸡蛋 , 出色地 被打败 .

3个鸡蛋，充分打散。

½ ['tiːspuːn] ['soʊdə][ɪn][ə; eɪ]['lɪt(ə)l][hɑːt]['wɔːtər] .
½ teaspoon soda in a little hot water .
½ 茶匙 苏打 在 一个 小的 热的 水 .

半茶匙小苏打溶于少量热水中。

[wʌn] ['tiːspuːn] ['sɪnəmən] .
1 teaspoon cinnamon .
1 茶匙 肉桂 .

1茶匙肉桂粉。

[θriː][kʌps]['reɪzɪnz] , [tʃɑːpt] .
3 cups raisins , chopped .
3 杯子 葡萄干 , 切碎 .

3 杯切碎的葡萄干。

[wʌn][kʌp] ['ɪŋglɪʃ] ['wɔːlnʌt] [miːts] , [tʃɑːpt] .
1 cup English walnut meats , chopped .
1 杯子 英语 核桃 肉类 , 切碎 .

1 杯切碎的英国核桃仁。

2¾ [kʌps]['flaʊər] .
2¾ cups flour .
2¾ 杯子 面粉 .

2¾ 杯面粉。

½ ['tiːspuːn] [sɔːlt] .
½ teaspoon salt .
½ 茶匙 盐 .

½茶匙盐。

[kriːm] [ðə; ði] ['bʌtər] [ænd; ənd] ['ʃʊgər] [ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði] [egz] .
Cream the butter and sugar and add the eggs .
奶油 这 黄油 和 糖 和 添加 这 鸡蛋 .

将黄油和糖搅打均匀，然后加入鸡蛋。

[sɪft][ðə; ði][draɪ] [ɪn'griːdiənts] , [rɪ'zɜːrv] [sʌm; səm]['flaʊər][tuː; tə][roʊl][ðə; ði]['reɪzɪnz][ænd; ənd] [nʌts] .
Sift the dry ingredients , reserving some flour to roll the raisins and nuts .
筛 这 干燥 原料 , 预订 一些 面粉 到 卷 这 葡萄干 和 坚果 .

将干性材料过筛，留一些面粉用来裹葡萄干和坚果。

[mɪks][ɔːl] [tə'geðər] .
Mix all together .
混合 全部 一起 .

将所有材料混合在一起。

[pleɪs] [baɪ] ['tiːspuːn,fʊl] [ɑːn][ə; eɪ] [griːst] [pæn][ænd; ənd] [beɪk] [ɪn][ə; eɪ][hɑːt]['ʌv(ə)n] (375°F .) . -
Place by teaspoonfuls on a greased pan and bake in a hot oven (375°F .) . 10
地方 经过 茶匙 在 一个 涂油 平底锅 和 烤 在 一个 热的 烤箱 (375°F .) . -

用茶匙将面糊舀到抹了油的烤盘上，放入预热至 375°F（190°C）的烤箱中烘烤。[10]

[beɪkt] ['kærəml; 'kɑːrml] ['kʌstərd]
Baked Caramel Custard
烘焙 焦糖 蛋奶冻

烤焦糖布丁

[wʌn][kwɔːrt][mɪlk] .
1 quart milk .
1 夸脱 牛奶 .

1夸脱牛奶。

[faɪv] [egz] .
5 eggs .
5 鸡蛋 .

5个鸡蛋。

½ [kʌp] ['ʃʊgər] .
½ cup sugar .
½ 杯子 糖 .

半杯糖。

½ ['tiːspuːn] [və'nɪlə] .
½ teaspoon vanilla .
½ 茶匙 香草 .

½茶匙香草精。

¼ [kʌp]['kærəml; 'kɑːrml]['sɪrəp; 'serəp] .
¼ cup caramel sirup .
¼ 杯子 焦糖 糖浆 .

¼ 杯焦糖糖浆。

¼ ['tiːspuːn] [sɔːlt] .
¼ teaspoon salt .
¼ 茶匙 盐 .

¼茶匙盐。

['bʌtər] .
Butter **.**
黄油 .

黄油。

[hiːt] [ðə; ði] [mɪlk] ['slaɪtli] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] ['ʃʊgər] , [sɔːlt] , [ænd; ənd] ['kærəml; 'kɑːrml] ['sɪrəp; 'serəp] .
Heat **the** **milk** **slightly** **with** **the** **sugar** **,** **salt** **,** **and** **caramel** **sirup** **.**
热 这 牛奶 轻微地 和 这 糖 , 盐 , 和 焦糖 糖浆 .

将牛奶与糖、盐和焦糖糖浆稍微加热。

[biː; bi] [ʃʊr] [ðə; ði] ['kærəml; 'kɑːrml] ['sɪrəp; 'serəp] [ɪz] [ɪn'taɪərli] [dɪ'zɑːlvd] [bɪ'fɔːr] [ðɪs] ['mɪkstʃər] [ɪz] [pɔːd]
Be **sure** **the** **caramel** **sirup** **is** **entirely** **dissolved** **before** **this** **mixture** **is** **poured**
是 当然 这 焦糖 糖浆 是 完全 溶解 前 这 混合物 是 倾倒
['ɪntuː] [ðə; ði] ['laɪtli] ['biːtn] [egz] .
into **the** **lightly** **beaten** **eggs** **.**
进入 这 轻轻 被打败 鸡蛋 .

务必确保焦糖糖浆完全溶解后再将此混合物倒入轻轻打散的鸡蛋中。

[ˌeɪ diː 'diː] [ðə; ði] [və'nɪlə] .
Add **the** **vanilla** **.**
添加 这 香草 .

加入香草精。

[pɔːr] [ðə; ði] ['mɪkstʃər] ['ɪntuː] ['kʌstərd] [kʌps] , [ænd; ənd] [ˌeɪ diː 'diː] [ə; eɪ] [smɔːl] [piːs] [ʌv; əv] ['bʌtər] [tuː; tə]
Pour **the** **mixture** **into** **custard** **cups** **,** **and** **add** **a** **small** **piece** **of** **butter** **to**
倒 这 混合物 进入 蛋奶冻 杯子 , 和 添加 一个 小的 片 的 黄油 到
[iːtʃ] .
each **.**
每个 .

将混合物倒入蛋奶冻杯中，并在每个蛋奶冻杯中加入一小块黄油。

[beɪk] [ɪn] [ə; eɪ] [pæn] [sə'raʊndɪd] [baɪ] ['wɔːtər] [ɪn] [ə; eɪ] [sloʊ] ['ʌv(ə)n] (325°F .) .
Bake **in** **a** **pan** **surrounded** **by** **water** **in** **a** **slow** **oven** **(** **325°F** **.** **)** **.**
烤 在 一个 平底锅 包围 经过 水 在 一个 慢的 烤箱 (325°F .) .

将烤盘放入盛有水的容器中，在低温烤箱（325°F）中烘烤。

[test] [baɪ] ['pleɪsɪŋ] [ðə; ði] [pɔɪnt] [ʌv; əv] [ə; eɪ] [naɪf] [ɪn] [ðə; ði] ['sentər] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['kʌstərd] [ænd; ənd] [ɪf]
Test **by** **placing** **the** **point** **of** **a** **knife** **in** **the** **center** **of** **the** **custard** **and** **if**
测试 经过 放置 这 观点 的 一个 刀 在 这 中心 的 这 蛋奶冻 和 如果
[ˌaɪ 'tiː] [kʌmz] [aʊt] [kliːn] [rɪ'muːv] [ðə; ði] [kʌps] [ʌv; əv] ['kʌstərd] [æt; ət] [wʌns] [frʌm; frəm] [ðə; ði] [hɑːt] ['wɔːtər] .
it **comes** **out** **clean** **remove** **the** **cups** **of** **custard** **at** **once** **from** **the** **hot** **water** **.**
它 来 出去 干净的 消除 这 杯子 的 蛋奶冻 在 一次 从 这 热的 水 .

将刀尖插入蛋奶冻中心进行测试，如果刀尖取出时干净，则立即将蛋奶冻杯从热水中取出。

[ðə; ði] ['kʌstərd] [meɪ] [biː; bi] [sɜːrvd] ['iːðər] [hɑːt] [ɔːr] [koʊld] [wɪð; wɪθ] ['kærəml; 'kɑːrml] ['sɪrəp; 'serəp] [ɪf]
The **custards** **may** **be** **served** **either** **hot** **or** **cold** **with** **caramel** **sirup** **if**
这 蛋奶冻 可能 是 服务 任何一个 热的 或者 寒冷的 和 焦糖 糖浆 如果
[mɔːr] ['kærəml; 'kɑːrml] ['fleɪvər] [ɪz] [dɪ'zaɪrd] .
more **caramel** **flavor** **is** **desired** **.**
更多的 焦糖 味道 是 想要的 .

蛋奶冻可以热食或冷食，如果想要更浓郁的焦糖味，可以搭配焦糖糖浆。

['ʃʊgər] [kæn; kən] [biː; bi] ['kɑːrməlaɪzd; 'kærəməlaɪzd] ['iːzəli] [baɪ] ['pleɪsɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [ɪn] [ə; eɪ] ['hevi] ['skɪlɪt] ['oʊvər]
Sugar **can** **be** **caramelized** **easily** **by** **placing** **it** **in** **a** **heavy** **skillet** **over**
糖 能 是 焦糖 容易地 经过 放置 它 在 一个 重的 煎锅 超过
[sloʊ] ['iːv(ə)n] [hiːt] ,
slow **even** **heat** **,**
慢的 甚至 热 ,

将糖放入厚底平底锅中，用小火均匀加热，即可轻松焦糖化。

[ænd; ənd] ['stɜ:rɪŋ] [ˌaɪ 'ti:] ['kɑ:nstəntli] [ʌn'tɪl] [ˌaɪ 'ti:] [melts] [ænd; ənd] [bɪ'kʌmz] [ə; eɪ] ['hevi] [braʊn]

and	stirring	it	constantly	until	it	melts	and	becomes	a	heavy	brown
和	搅拌	它	不断地	直到	它	融化	和	变成	一个	重的	棕色的

['sɪrəp; 'serəp] .

sirup	.
糖浆	.

并不断搅拌，直到它融化并变成浓稠的棕色糖浆。

[æz; əz] [su:n] [æz; əz][ˌaɪ 'ti:] ['ri:tʃɪz] [ðɪs] [steɪdʒ] [teɪk] [ˌaɪ 'ti:][frʌm; frəm][ðə; ði]['faɪər][æt; ət][wʌns] ,

As	soon	as	it	reaches	this	stage	take	it	from	the	fire	at	once	,
作为	很快	作为	它	到达	这	阶段	拿	它	从	这	火	在	一次	,

一旦达到这个阶段，就立即把它从火上移开。

[ænd; ənd][ju:z][ˌaɪ 'ti:][fɔ:r; fər] ['fleɪvərɪŋ] [ænd; ənd] ['swi:tnɪŋ] [ðə; ði] ['kʌstərd] .

and	use	it	for	flavoring	and	sweetening	the	custard	.
和	使用	它	为了	调味	和	甜味剂	这	蛋奶冻	.

并用它来给蛋奶冻调味和增甜。

['æp(ə)l] ['dʌmplɪŋz]

Apple	Dumplings
苹果	饺子

苹果饺子

[roʊl][ðə; ði]['peɪstri][ɪn][ə; eɪ] [θɪn] [ʃi:t] [ænd; ənd][kʌt][ˌaɪ 'ti:][ɪn] [raʊndz] .

Roll	the	pastry	in	a	thin	sheet	and	cut	it	in	rounds	.
卷	这	糕点	在	一个	薄的	床单	和	切	它	在	回合	.

将面团擀成薄片，然后切成圆形。

[pleɪs] [ə; eɪ] [hoʊl] , [kɔ:rd] ['æp(ə)l][ɪn]['sentər] [ʌv; əv] [i:tʃ] [raʊnd] [ʌv; əv]['peɪstri] .

Place	a	whole	,	cored	apple	in	center	of	each	round	of	pastry	.
地方	一个	所有的	,	核心	苹果	在	中心	的	每个	圆形的	的	糕点	.

将一个完整的、去核的苹果放在每张酥皮的中心。

['sprɪŋk(ə)l] ['ʃʊgər] ['oʊvər][ðə; ði]['æp(ə)l] , [dɑ:t][wɪð; wɪθ] ['bʌtər] ,

Sprinkle	sugar	over	the	apple	,	dot	with	butter	,
撒	糖	超过	这	苹果	,	点	和	黄油	,

在苹果上撒上糖，点缀上黄油，

[ænd; ənd] [brɪŋ] [ðə; ði]['ɛdʒəz, 'ɛdʒɪz][ʌv; əv][ðə; ði]['peɪstri] [tə'geðər] ['oʊvər][ðə; ði]['æp(ə)l] .

and	bring	the	edges	of	the	pastry	together	over	the	apple	.
和	带来	这	边缘	的	这	糕点	一起	超过	这	苹果	.

将酥皮边缘捏合在一起，盖住苹果。

[beɪk] [ɪn] ['mʌfɪn] [pænz] , [ɪn][ə; eɪ] ['mɑ:dərət] ['ʌv(ə)n] (350°F .)

Bake	in	muffin	pans	,	in	a	moderate	oven	(	350°F	.	)
烤	在	松饼	平底锅	,	在	一个	缓和	烤箱	(	350°F	.	)

用松饼模具烘烤，烤箱温度保持在中等温度（350°F）。

[ʌn'tɪl]['æp(ə)l][ɪz]['tendər] , [ə'baʊt][wʌn]['aʊər] .

until	apple	is	tender	,	about	1	hour	.
直到	苹果	是	投标	,	关于	1	小时	.

直到苹果变软，大约需要1小时。

[sɜ:rv] [hɑ:t][wɪð; wɪθ][hɑ:rd] [sɔ:s] ([peɪdʒ][naɪn]) .

Serve	hot	with	hard	sauce	(	page	9	)	.
服务	热的	和	难的	酱	(	页	9	)	.

趁热佐以浓稠酱汁（第 9 页）。

['saʊər] [kri:m] [paɪ]

Sour	Cream	Pie
酸的	奶油	馅饼

酸奶油派

[wʌn] [kʌp] ['saʊər] [kriːm] .
1 **cup** **sour** **cream** **.**
1 杯子 酸的 奶油 .

杯酸奶油。

[wʌn] [kʌp] ['ʃʊgər] .
1 **cup** **sugar** **.**
1 杯子 糖 .

1 杯糖。

[wʌn] [kʌp] ['siːdɪd] ['reɪzɪnz] , [kʌt] [faɪn] .
1 **cup** **seeded** **raisins** **,** **cut** **fine** **.**
1 杯子 播种 葡萄干 , 切 美好的 .

1 杯去籽葡萄干，切碎。

[ˌtuːˈtuː] [egz] .
2 **eggs** **.**
2 鸡蛋 .

2个鸡蛋。

½ ['tiːspuːn] ['paʊdərd] ['sɪnəmən] .
½ **teaspoon** **powdered** **cinnamon** **.**
½ 茶匙 粉末状 肉桂 .

½茶匙肉桂粉。

½ ['tiːspuːn] ['paʊdərd] [kloʊvz] .
½ **teaspoon** **powdered** **cloves** **.**
½ 茶匙 粉末状 丁香 .

½茶匙丁香粉。

⅛ ['tiːspuːn] [sɔːlt] .
⅛ **teaspoon** **salt** **.**
⅛ 茶匙 盐 .

⅛茶匙盐。

[ˌtuːˈtuː] ['teɪbəlˌspuːnz] ['vɪnɪgər] .
2 **tablespoons** **vinegar** **.**
2 汤匙 醋 .

2汤匙醋。

[biːt] [ðə; ði] [egz] .
Beat **the** **eggs** **.**
打 这 鸡蛋 .

把鸡蛋打散。

[mɪks] [ðə; ði] ['spaɪsɪz] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] ['ʃʊgər] , [ænd; ənd] [ˌeɪ diː 'diː] [tuː; tə] [ðə; ði] [egz] [wɪð; wɪθ] [ðə; ði] ['reɪzɪnz]
Mix **the** **spices** **with** **the** **sugar** **,** **and** **add** **to** **the** **eggs** **with** **the** **raisins**
混合 这 香料 和 这 糖 , 和 添加 到 这 鸡蛋 和 这 葡萄干
,
,
,

将香料与糖混合，然后与葡萄干一起加入鸡蛋中。

[kriːm] , [sɔːlt] , [ænd; ənd] ['vɪnɪgər] .
cream **,** **salt** **,** **and** **vinegar** **.**
奶油 , 盐 , 和 醋 .

奶油、盐和醋。

[biːt] [wel] .
Beat **well** **.**
打 出色地 .

打得好。

[pɔːr] [ðə; ði]['mɪkstʃər]['ɪntuː][ə; eɪ] [diːp] , ['peɪstri] - [laɪnd][paɪ][pæn] .

Pour	**the**	**mixture**	**into**	**a**	**deep**	**,**	**pastry**	**-**	**lined**	**pie**	**pan**	**.**
倒	这	混合物	进入	一个	深的	,	糕点	-	衬里	馅饼	平底锅	.

将混合物倒入铺有酥皮的深馅饼盘中。

['mɔɪs(ə)n][ðə; ði]['aʊtər][rɪm][ʌv; əv][ðə; ði]['peɪstri] ,

Moisten	**the**	**outer**	**rim**	**of**	**the**	**pastry**	**,**
濡	这	外	轮缘	的	这	糕点	,

将糕点的外缘沾湿，

[ænd; ənd] [pres] [ðə; ði][tɑːp] [krʌst] ['oʊvər][ðə; ði] ['loʊər] [wʌn][tuː; tə][hoʊld][ɪn][ðə; ði] ['kʌstərd] .

and	**press**	**the**	**top**	**crust**	**over**	**the**	**lower**	**one**	**to**	**hold**	**in**	**the**	**custard**	**.**
和	按	这	顶部	地壳	超过	这	降低	一	到	抓住	在	这	蛋奶冻	.

然后将上面的酥皮压在下面的酥皮上，以固定住蛋奶馅。

[beɪk] [ɪn][ə; eɪ] ['mɑːdərət] ['ʌv(ə)n] (350°F .) [ʌn'tɪl]['goʊldən] [braʊn] . -

Bake	**in**	**a**	**moderate**	**oven**	**(**	**350°F**	**.**	**)**	**until**	**golden**	**brown**	**.**	**11**
烤	在	一个	缓和	烤箱	(	350°F	.	)	直到	金的	棕色的	.	-

在温度适中的烤箱（350°F/175°C）中烘烤至金黄色。11

[deɪt] ['pʊdɪŋ]

Date	**Pudding**
日期	布丁

枣布丁

1½ [kʌps] ['pɪtɪd] [deɪts] .

1½	**cups**	**pitted**	**dates**	**.**
1½	杯子	凹坑	日期	.

1.5 杯去核枣。

½ [kʌp] [mɪlk] .

½	**cup**	**milk**	**.**
½	杯子	牛奶	.

半杯牛奶。

[wʌn][kʌp] [tʃɑːpt] [nʌts] .

1	**cup**	**chopped**	**nuts**	**.**
1	杯子	切碎	坚果	.

1 杯切碎的坚果。

[wʌn][kʌp] ['ʃʊgər] .

1	**cup**	**sugar**	**.**
1	杯子	糖	.

1 杯糖。

[θriː] [egz] .

3	**eggs**	**.**
3	鸡蛋	.

3个鸡蛋。

[wʌn][kʌp]['flaʊər] .

1	**cup**	**flour**	**.**
1	杯子	面粉	.

1 杯面粉。

[ˌtuː'tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] ['bʌtər] .

2	**tablespoons**	**butter**	**.**
2	汤匙	黄油	.

2汤匙黄油。

[wʌn] ['tiːspuːn] [və'nɪlə] .

1	**teaspoon**	**vanilla**	**.**
1	茶匙	香草	.

1茶匙香草精。

[wʌn] ['tiːspuːn] ['beɪkɪŋ] ['paʊdər] .
1 **teaspoon** **baking** **powder** **.**
1 茶匙 烘烤 粉末 .

1茶匙泡打粉。

¼ ['tiːspuːn] [sɔːlt] .
¼ **teaspoon** **salt** **.**
¼ 茶匙 盐 .

¼茶匙盐。

[mɪks][ðə; ði] ['bʌtər] [ænd; ənd] ['ʃʊgər] [ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði] ['biːtn] [egz] [ænd; ənd] [mɪlk] .
Mix **the** **butter** **and** **sugar** **and** **add** **the** **beaten** **eggs** **and** **milk** **.**
混合 这 黄油 和 糖 和 添加 这 被打败 鸡蛋 和 牛奶 .

将黄油和糖混合，然后加入打散的鸡蛋和牛奶。

[sɪft] [ðə; ði] [draɪ] [ɪn'griːdiənts] [ænd; ənd] [ˌeɪ diː 'diː][ðem; ðəm] [tuː; tə][ðə; ði] ['lɪkwɪd] ['mɪkstʃər] ,
Sift **the** **dry** **ingredients** **and** **add** **them** **to** **the** **liquid** **mixture** **,**
筛 这 干燥 原料 和 添加 他们 到 这 液体 混合物 ,

将干性材料过筛后加入液体混合物中。

[rɪ'zɜːrv] [ɪ'nʌf] ['flaʊər][tuː; tə][koʊt][ðə; ði] [deɪts] [ænd; ənd] [nʌts] .
reserving **enough** **flour** **to** **coat** **the** **dates** **and** **nuts** **.**
预订 足够的 面粉 到 外套 这 日期 和 坚果 .

预留足够的面粉用来裹住枣子和坚果。

[ˌeɪ diː 'diː][ðem; ðəm][ænd; ənd][ðə; ði] [və'nɪlə] .
Add **them** **and** **the** **vanilla** **.**
添加 他们 和 这 香草 .

加入它们和香草精。

[beɪk] [ɪn][ə; eɪ] ['ʃæloʊ] [griːst] [pæn][ɪn][ə; eɪ] ['veri] [sloʊ] ['ʌv(ə)n] (250°F .) [fɔːr; fər][wʌn]['aʊər] -
Bake **in** **a** **shallow** **greased** **pan** **in** **a** **very** **slow** **oven** **(** **250°F** **.** **)** **for** **1** **hour** **45**
烤 在 一个 浅的 涂油 平底锅 在 一个 非常 慢的 烤箱 (250°F .) 为了 1 小时 -
['mɪnɪts] ,
minutes **,**
分钟 ,

在涂抹了油脂的浅烤盘中，用非常低的温度（250°F）烘烤1小时45分钟。

[ʌn'tɪl] [set] [ɪn] [ðə; ði] ['sentər] .
until **set** **in** **the** **center** **.**
直到 放 在 这 中心 .

直到固定在中心。

[kʌt] [ɪn] [skwer] [ænd; ənd] [sɜːrv] [wɪð; wɪθ] [wɪpt] [kriːm] .
Cut **in** **squares** **and** **serve** **with** **whipped** **cream** **.**
切 在 正方形 和 服务 和 鞭打 奶油 .

切成方块，配上鲜奶油食用。

['pʌmpkɪn] [paɪ]
Pumpkin **Pie**
南瓜 馅饼

南瓜派

1½ [kʌps] [kʊkt] ['pʌmpkɪn] .
1½ **cups** **cooked** **pumpkin** **.**
1½ 杯子 煮熟 南瓜 .

1.5 杯煮熟的南瓜。

[wʌn] [kʌp] [mɪlk] .
1 **cup** **milk** **.**
1 杯子 牛奶 .

1 杯牛奶。

½ [kʌp] ['ʃʊgər] .
½ cup sugar .
½ 杯子 糖 .

半杯糖。

[wʌn] ['tiːspuːn] ['sɪnəmən] .
1 teaspoon cinnamon .
1 茶匙 肉桂 .

1茶匙肉桂粉。

½ ['tiːspuːn] [sɔːlt] .
½ teaspoon salt .
½ 茶匙 盐 .

½茶匙盐。

½ ['tiːspuːn] ['ɔːlspaɪs] .
½ teaspoon allspice .
½ 茶匙 多香果 .

半茶匙五香粉。

¼ ['tiːspuːn] [meɪs] .
¼ teaspoon mace .
¼ 茶匙 锤 .

¼茶匙肉豆蔻皮。

[ˌtuːˈtuː] [egz] .
2 eggs .
2 鸡蛋 .

2个鸡蛋。

[wʌn] ['teɪblspuːn] ['bʌtər] .
1 tablespoon butter .
1 汤匙 黄油 .

1汤匙黄油。

[pʊt] [ɔːl] [ðə; ði] [ɪn'griːdiənts] , [ɪk'sept] [ðə; ði] [egz] [ænd; ənd] [ðə; ði] ['bʌtər] , [ɪn] [ðə; ði] ['dʌb(ə)l] ['bɔɪlər] .
Put all the ingredients , except the eggs and the butter , in the double boiler .
放 全部 这 原料 , 除了 这 鸡蛋 和 这 黄油 , 在 这 双倍的 锅炉 .

将除鸡蛋和黄油以外的所有食材放入双层蒸锅中。

[brɪŋ] [tuː; tə] [ðə; ði] ['skɔːldɪŋ] [pɔɪnt] .
Bring to the scalding point .
带来 到 这 烫 观点 .

加热至滚烫。

[biːt] [egz] [wel] ; [stɜːr] [ə; eɪ] [smɔːl] [ə'maʊnt] [ʌv; əv] [hɑːt] ['mɪkstʃər] ['ɪntuː] [ðə; ði] [egz] ;
Beat eggs well ; stir a small amount of hot mixture into the eggs ;
打 鸡蛋 出色地 ; 搅拌 一个 小的 数量 的 热的 混合物 进入 这 鸡蛋 ;

将鸡蛋打散；取少量热混合物拌入鸡蛋中；

[stɜːr] [eg] ['mɪkstʃər] ['ɪntuː] [ðə; ði] [rɪ'meɪnɪŋ] [hɑːt] ['mɪkstʃər] .
stir egg mixture into the remaining hot mixture .
搅拌 蛋 混合物 进入 这 其余的 热的 混合物 .

将蛋液倒入剩余的热混合物中。

[stɜːr] [ʌn'tɪl] [ˌaɪ 'tiː] ['stɑːrts] [tuː; tə] ['θɪkən] .
Stir until it starts to thicken .
搅拌 直到 它 开始 到 加厚 .

搅拌至开始变稠。

[ˌeɪ diː 'diː] [ðə; ði] ['bʌtər] .
Add the butter .
添加 这 黄油 .

加入黄油。

[laɪn] [ə; eɪ][paɪ][pæn][wɪð; wɪθ]['peɪstri][ænd; ənd] [beɪk] [ʌn'tɪl] [laɪt] [braʊn] .

Line	**a**	**pie**	**pan**	**with**	**pastry**	**and**	**bake**	**until**	**light**	**brown**	**.**
线	一个	馅饼	平底锅	和	糕点	和	烤	直到	光	棕色的	.

在派盘里铺上酥皮，烤至浅棕色。

[pɔːr] [ðə; ði][hɑːt] ['fɪlɪŋ] ['ɪntuː][ə; eɪ] [beɪkt] [krʌst] .

Pour	**the**	**hot**	**filling**	**into**	**a**	**baked**	**crust**	**.**
倒	这	热的	填充	进入	一个	烘焙	地壳	.

将热馅料倒入烤好的饼皮中。

[beɪk] [ðə; ði][paɪ][ɪn][ə; eɪ] ['mɑːdərətli] [hɑːt]['ʌv(ə)n] (400°F .) [ʌn'tɪl][ðə; ði] ['fɪlɪŋ] [sets] .

Bake	**the**	**pie**	**in**	**a**	**moderately**	**hot**	**oven**	**(**	**400°F**	**.**	**)**	**until**	**the**	**filling**	**sets**	**.**
烤	这	馅饼	在	一个	中等程度	热的	烤箱	(	400°F	.	)	直到	这	填充	套	.

将馅饼放入中等温度（400°F）的烤箱中烘烤，直到馅料凝固。

['æpəlˌsɔːs] [keɪk]

Applesauce	**Cake**
苹果酱	蛋糕

苹果酱蛋糕

[wʌn] [kʌp] ['ʃʊgər] .

1	**cup**	**sugar**	**.**
1	杯子	糖	.

杯糖。

½ [kʌp][fæt] .

½	**cup**	**fat**	**.**
½	杯子	胖的	.

半杯脂肪。

[wʌn] [kʌp] ['æpəlˌsɔːs] , [ˌʌn'swiːtnd] .

1	**cup**	**applesauce**	**,**	**unsweetened**	**.**
1	杯子	苹果酱	,	无糖	.

1 杯无糖苹果酱。

[wʌn] [kʌp] ['reɪzɪnz] , [tʃɑːpt] .

1	**cup**	**raisins**	**,**	**chopped**	**.**
1	杯子	葡萄干	,	切碎	.

1 杯切碎的葡萄干。

[ˌtuː'tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] ['flaʊər] .

2	**tablespoons**	**flour**	**.**
2	汤匙	面粉	.

2汤匙面粉。

½ ['tiːspuːn] [kloʊvz] .

½	**teaspoon**	**cloves**	**.**
½	茶匙	丁香	.

½ 茶匙丁香。

½ ['tiːspuːn] ['sɪnəmən] .

½	**teaspoon**	**cinnamon**	**.**
½	茶匙	肉桂	.

½茶匙肉桂粉。

¼ ['tiːspuːn] ['nʌtmeg] .

¼	**teaspoon**	**nutmeg**	**.**
¼	茶匙	肉豆蔻	.

¼茶匙肉豆蔻粉。

2½ [kʌps] ['sɪftɪd] [keɪk] ['flaʊər] .

2½	**cups**	**sifted**	**cake**	**flour**	**.**
2½	杯子	筛过的	蛋糕	面粉	.

2.5 杯过筛蛋糕粉。

[wʌn] ['tiːspuːn] ['soʊdə] [mɪkst] [wɪð; wɪθ][ˌtuː'tuː] ['teɪbəlˌspuːnz] ['wɔːtər] .

1	teaspoon	soda	mixed	with	2	tablespoons	water	.
1	茶匙	苏打	混合	和	2	汤匙	水	.

1茶匙小苏打与2汤匙水混合。

½ ['tiːspuːn] [sɔːlt] .

½	teaspoon	salt	.
½	茶匙	盐	.

½茶匙盐。

[kriːm] [ðə; ði] ['ʃʊgər] [ænd; ənd][fæt] ,

Cream	the	sugar	and	fat	,
奶油	这	糖	和	胖的	,

将糖和脂肪搅打均匀，

[ˌeɪ diː 'diː][ðə; ði] ['æpəlˌsɔːs] [ænd; ənd][ðə; ði]['soʊdə] [wɪtʃ] [hæz; həz] [bɪn] [dɪ'zɑːlvd] [ɪn][ðə; ði]['wɔːtər] .

add	the	applesauce	and	the	soda	which	has	been	dissolved	in	the	water	.
添加	这	苹果酱	和	这	苏打	哪个	有	到过	溶解	在	这	水	.

加入苹果酱和已溶于水的苏打水。

[mɪks][ænd; ənd][sɪft][ðə; ði][draɪ] [ɪn'griːdiənts] [ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː][ðem; ðəm] , [wɪð; wɪθ][ðə; ði] ['flaʊərd]

Mix	and	sift	the	dry	ingredients	and	add	them	,	with	the	floured
混合	和	筛	这	干燥	原料	和	添加	他们	,	和	这	撒了面粉

['reɪzɪnz] , [tuː; tə][ðə; ði][fɜːrst]['mɪkstʃər] .

raisins	,	to	the	first	mixture	.
葡萄干	,	到	这	第一的	混合物	.

将干性材料混合过筛，然后与裹了面粉的葡萄干一起加入到第一份混合物中。

[biːt] [wel] , [pɔːr] ['ɪntuː][ə; eɪ] [griːst] [pæn] ,

Beat	well	,	pour	into	a	greased	pan	,
打	出色地	,	倒	进入	一个	涂油	平底锅	,

充分搅拌，倒入抹了油的平底锅中。

[ænd; ənd] [beɪk] [ɪn][ə; eɪ] ['mɑːdərət] ['ʌv(ə)n] (350°F .) [fɔːr; fər][ə'baʊt] - ['mɪnɪts] . -

and	bake	in	a	moderate	oven	(	350°F	.	)	for	about	35	minutes	.	12
和	烤	在	一个	缓和	烤箱	(	350°F	.	)	为了	关于	-	分钟	.	-

然后在温度适中的烤箱（350°F/175°C）中烘烤约35分钟。12

['resəpɪz] [frʌm; frəm] - . . .

RECIPES	FROM	1976	.	.	.
食谱	从	-	.	.	.

1976年的食谱.....

[meɪn] ['dɪʃɪz]

Main	Dishes
主要的	菜肴

主菜

[beɪkt] ['sɔɪbiːnz]

Baked	soybeans
烘焙	大豆

烤大豆

[sɪks] ['sɜ˞ːvɪŋz] , [ə'baʊt] ⅔ [kʌp] [iːtʃ]

6	servings	,	about	⅔	cup	each
6	份量	,	关于	⅔	杯子	每个

人份，每人约 ⅔ 杯

['sɔɪbiːnz] , [draɪ][ˌtuː'tuː][kʌps]

Soybeans	,	dry	2	cups
大豆	,	干燥	2	杯子

干大豆 2 杯

['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtər][sɪks][kʌps]
Boiling **water** **6** **cups**
沸腾 水 6 杯子

6杯沸水

[sɔːlt][wʌn] ['tiːspuːn]
Salt **1** **teaspoon**
盐 1 茶匙

盐 1 茶匙

['beɪkən] , [daɪst] ¼ [paʊnd]
Bacon **,** **diced** **¼** **pound**
熏肉 , 切丁 ¼ 磅

培根丁 ¼ 磅

['ʌnjən] , [tʃɑːpt] ½ [kʌp]
Onion **,** **chopped** **½** **cup**
洋葱 , 切碎 ½ 杯子

洋葱碎 ½ 杯

[braʊn] ['ʃʊgər] , [pækt] ¼ [kʌp]
Brown **sugar** **,** **packed** **¼** **cup**
棕色的 糖 , 包装 ¼ 杯子

红糖，压实 1/4 杯

[sɔːlt] 1½ ['tiːspuːn]
Salt **1½** **teaspoons**
盐 1½ 茶匙

盐 1.5 茶匙

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

选自萨米阿姨的广播食谱和美国(Selections from Aunt Sammy's Radio Recipes)

[draɪ] ['mʌstərd] [wʌn] ['tiːspuːn]
Dry **mustard** **1** **teaspoon**
干燥 芥末 1 茶匙

干芥末 1 茶匙

[biːn] ['kʊkɪŋ] ['lɪkwɪd][ænd; ənd]['wɔːtər] ¾ [kʌp]
Bean **cooking** **liquid** **and** **water** **¾** **cup**
豆 烹饪 液体 和 水 ¾ 杯子

豆子煮熟的水和水 ¾ 杯

[laɪt] [mə'læsɪz] ¼ [kʌp]
Light **molasses** **¼** **cup**
光 糖蜜 ¼ 杯子

淡糖蜜 ¼ 杯

[bɔɪl] [biːnz] [fɔːr; fər][ˌtuː'tuː] ['mɪnɪts] [ɪn]['wɔːtər] .
Boil **beans** **for** **2** **minutes** **in** **water** **.**
熬 豆子 为了 2 分钟 在 水 .

将豆子放入沸水中煮2分钟。

[let] [stænd][wʌn]['aʊər] .
Let **stand** **1** **hour** **.**
让 站立 1 小时 .

静置1小时。

[ˌeɪ diː 'diː][sɔːlt] .
Add **salt** **.**
添加 盐 .

加盐。

[kʊk] [ˌtuː'tuː][tuː; tə][θriː]['aʊərz][ɔːr][ʌn'tɪl]['tendər] .
Cook **2** **to** **3** **hours** **or** **until** **tender** **.**
厨师 2 到 3 小时 或者 直到 投标 .

煮2至3小时或直至软烂。

[dreɪn] ; [seɪv] ['lɪkwɪd] .
Drain **;** **save** **liquid** **.**
流走 ; 节省 液体 .

沥干液体，保留液体。

[ˌpriː'hiːt] ['ʌv(ə)n][tuː; tə] 325°F .
Preheat **oven** **to** **325°F** **.**
预热 烤箱 到 325°F .

将烤箱预热至325°F。

([sloʊ]) .
(**slow** **)** **.**
(慢的) .

(慢的)。

[pleɪs] [kʊkt] ['sɔɪbiːnz] [ɪn][ə; eɪ] ['biːnˌpɑːt] [ɔːr][ˌtuː'tuː] - [kwɔːrt] ['beɪkɪŋ] [dɪʃ] .
Place **cooked** **soybeans** **in** **a** **beanpot** **or** **2** **-** **quart** **baking** **dish** **.**
地方 煮熟 大豆 在 一个 豆罐 或者 2 - 夸脱 烘烤 盘子 .

将煮熟的黄豆放入豆锅或2夸脱的烤盘中。

[mɪks] [rɪ'meɪnɪŋ] [ɪn'gri:diənts] [ænd; ənd][stɜ:r]['ɪntu:] ['sɔɪbi:nz] .

Mix	**remaining**	**ingredients**	**and**	**stir**	**into**	**soybeans**	**.**
混合	其余的	原料	和	搅拌	进入	大豆	.

将剩余的食材混合，然后拌入大豆中。

['kʌvər] [ænd; ənd] [beɪk] [θri:] ['aʊərz] .

Cover	**and**	**bake**	**3**	**hours**	**.**
覆盖	和	烤	3	小时	.

盖上盖子，烘烤3小时。

[rɪ'mu:v] ['kʌvər] ['dʊrɪŋ] [læst]['aʊər][ʌv; əv] ['beɪkɪŋ] [tu:; tə] [rɪ'du:s] ['lɪkwɪd][ænd; ənd] [braʊn] [ðə; ði][tɑ:p] .

Remove	**cover**	**during**	**last**	**hour**	**of**	**baking**	**to**	**reduce**	**liquid**	**and**	**brown**	**the**	**top**	**.**
消除	覆盖	期间	最后的	小时	的	烘烤	到	减少	液体	和	棕色的	这	顶部	.

烘烤的最后1小时去掉盖子，以减少液体并使顶部呈金黄色。

[mi:t] [loʊf]

Meat	**loaf**
肉	面包

肉饼

[sɪks] ['sɜ˞:vɪŋz] [wʌn][slaɪs] [i:tʃ] , [ə'baʊt] 1¼ [ɪntʃɪz] [θɪk]

6	**servings**	**1**	**slice**	**each**	**,**	**about**	**1¼**	**inches**	**thick**
6	份量	1	片	每个	,	关于	1¼	英寸	厚的

6人份，每人1片，约1¼英寸厚

[graʊnd] [bi:f] 1½ [paʊndz]

Ground	**beef**	**1½**	**pounds**
地面	牛肉	1½	磅

碎牛肉 1.5 磅

[eg] [wʌn]

Egg	**1**
蛋	1

鸡蛋 1

[mɪlk] ½ [kʌp]

Milk	**½**	**cup**
牛奶	½	杯子

牛奶 ½ 杯

['ʌnjən] , ['faɪnli] [tʃɑ:pt] ½ [kʌp]

Onion	**,**	**finely**	**chopped**	**½**	**cup**
洋葱	,	精细地	切碎	½	杯子

洋葱碎 ½ 杯

['bredkrʌmz] , [faɪn] [draɪ] ⅓ [kʌp]

Breadcrumbs	**,**	**fine**	**dry**	**⅓**	**cup**
面包屑	,	美好的	干燥	⅓	杯子

面包屑，细干 ⅓ 杯

[sɔ:lt][wʌn] ['ti:spu:n]

Salt	**1**	**teaspoon**
盐	1	茶匙

盐 1 茶匙

['pepər] ¼ ['ti:spu:n]

Pepper	**¼**	**teaspoon**
胡椒	¼	茶匙

胡椒粉 ¼ 茶匙

[seɪdʒ] ¼ ['ti:spu:n]

Sage	**¼**	**teaspoon**
圣人	¼	茶匙

鼠尾草 ¼ 茶匙

[ˌpriːˈhiːt] ['ʌv(ə)n][tuː; tə] 350°F .
Preheat **oven** **to** **350°F** **.**
预热 烤箱 到 350°F .

将烤箱预热至350°F。

(['mɑːdərət]) .
(moderate) .
(缓和) .

(缓和)。

[mɪks][ɔːl] [ɪnˈgriːdiənts] ['θɜːrəli] .
Mix all ingredients thoroughly .
混合 全部 原料 彻底 .

将所有材料充分混合。

[pres] ['ɪntuː][ə; eɪ][naɪn] - [baɪ][faɪv] - [baɪ][θriː] - [ɪntʃ] [loʊf][pæn] .
Press into a 9 - by 5 - by 3 - inch loaf pan .
按 进入 一个 9 - 经过 5 - 经过 3 - 英寸 面包 平底锅 .

将面糊压入 9 英寸 x 5 英寸 x 3 英寸的面包模具中。

[beɪk] 1½ ['aʊərz] .
Bake 1½ hours .
烤 1½ 小时 .

烘烤1.5小时。

[rɪˈmuːv] [frʌm; frəm]['ʌv(ə)n] ; [dreɪn] [ɔːf] [ɪkˈses] [fæt] .
Remove from oven ; drain off excess fat .
消除 从 烤箱 ; 流走 离开 过量的 胖的 .

从烤箱中取出；沥去多余的油脂。

[biːf] [ʃɪʃ] [kəˈbɑːbz]
Beef shish kebabs
牛肉 嘘 烤肉串

牛肉串

[sɪks] ['sɜ˞ːvɪŋz]
6 servings
6 份量

6人份

['boʊnləs] ['sɜːrlɔɪn] [steɪk] [ˌtuːˈtuː] [paʊndz]
Boneless sirloin steak 2 pounds
无骨 西冷牛排 牛排 2 磅

无骨西冷牛排 2磅

[ɔɪl] ¼ [kʌp]
Oil ¼ cup
油 ¼ 杯子

油 ¼ 杯

['lemən] [dʒuːs][θriː] ['teɪbəlˌspuːnz]
Lemon juice 3 tablespoons
柠檬 汁 3 汤匙

柠檬汁 3 汤匙

[draɪ] [waɪt] [waɪn] ¼ [kʌp]
Dry white wine ¼ cup
干燥 白色的 葡萄酒 ¼ 杯子

干白葡萄酒 ¼ 杯

['gɑːrlɪk] ['paʊdər] ⅛ ['tiːspuːn]
Garlic powder ⅛ teaspoon
蒜 粉末 ⅛ 茶匙

蒜粉⅛茶匙

[taɪm] ⅛ ['tiːspuːn]
Thyme ⅛ teaspoon
百里香 ⅛ 茶匙

百里香⅛茶匙

[sɔːlt][wʌn] ['tiːspuːn]
Salt 1 teaspoon
盐 1 茶匙

盐 1 茶匙

[griːn] ['pepərz] , [kʌt][ɪn] [eɪtθs] [θriː]
Green peppers , cut in eighths 3
绿色的 辣椒 , 切 在 八分之一 3

青椒，切成八瓣 3

['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtər][θriː][kʌps]
Boiling water 3 cups
沸腾 水 3 杯子

3杯沸水

['mʌʃrʊm] [kæps] -
Mushroom caps 24
蘑菇 帽子 -

蘑菇菌盖 24

[pɜːrl] ['ʌnjənz] , [hoʊl] , [kʊkt] -
Pearl onions , whole , cooked 24
珍珠 洋葱 , 所有的 , 煮熟 -

珍珠洋葱，整颗，煮熟 24

[tə'meɪtoʊ] [sɔːs] [eɪt] - [aʊns] [kæn; kən]
Tomato sauce 8 - ounce can
番茄 酱 8 - 盎司 能

番茄酱 8 盎司罐装

[braʊn] ['ʃʊgər] [wʌn] ['teɪblspuːn]
Brown sugar 1 tablespoon
棕色的 糖 1 汤匙

红糖 1 汤匙

[hɑːt] ['pepər] [sɔːs] ⅛ ['tiːspuːn]
Hot pepper sauce ⅛ teaspoon
热的 胡椒 酱 ⅛ 茶匙

辣椒酱 ⅛ 茶匙

[ðə; ði] [deɪ] [bɪ'fɔːr] :
The day before :
这 天 前 :

前一天:

[kʌt] [miːt] ['ɪntuː] [kjuːbz] .
Cut meat into cubes .
切 肉 进入 立方体 .

将肉切成小块。

[pleɪs] [ɪn] [boʊl] .
Place in bowl .
地方 在 碗 .

放入碗中。

[mɪks][ɔɪl] , ['lemən][dʒuːs] , [waɪn] , ['gɑːrlɪk] ['paʊdər] , [taɪm] , [ænd; ənd][sɔːlt] .
Mix oil , lemon juice , wine , garlic powder , thyme , and salt .
混合 油 , 柠檬 汁 , 葡萄酒 , 蒜 粉末 , 百里香 , 和 盐 .

将油、柠檬汁、葡萄酒、蒜粉、百里香和盐混合。

[pɔːr] [ɔɪl] ['mɪkstʃər] ['oʊvər] [miːt] .
Pour **oil** **mixture** **over** **meat** **.**
倒 油 混合物 超过 肉 .

将油混合物倒在肉上。

[let] [stænd] [ɪn] [rɪ'frɪdʒəreɪtər] [fɔːr; fər] - ['aʊərz] .
Let **stand** **in** **refrigerator** **for** **24** **hours** **.**
让 站立 在 冰箱 为了 - 小时 .

放入冰箱冷藏24小时。

[ðə; ði] [deɪ] [ʌv; əv] ['sɜːrvɪŋ] :
The **day** **of** **serving** **:**
这 天 的 服务 :

服役日:

[dreɪn] [miːt] ; [seɪv] ['lɪkwɪd] .
Drain **meat** **;** **save** **liquid** **.**
流走 肉 ; 节省 液体 .

沥干肉汁，保留汁水。

[kʊk] [griːn] ['pepər] ['piːsɪz] [ɪn] [wʌn] [kʌp] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtər] [fɔːr; fər] [faɪv] ['mɪnɪts] [ɔːr] [ʌn'tɪl] ['ɔːlmoʊst]
Cook **green** **pepper** **pieces** **in** **1** **cup** **boiling** **water** **for** **5** **minutes** **or** **until** **almost**
厨师 绿色的 胡椒 件 在 1 杯子 沸腾 水 为了 5 分钟 或者 直到 几乎
['tendər] .
tender **.**
投标 .

将青椒块放入 1 杯沸水中煮 5 分钟或直至快熟。

[dreɪn] .
Drain **.**
流走 .

流走。

[pɔːr] [ˌtuː'tuː] [kʌps] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtər] ['oʊvər] ['mʌʃrʊmz] .
Pour **2** **cups** **boiling** **water** **over** **mushrooms** **.**
倒 2 杯子 沸腾 水 超过 蘑菇 .

将2杯沸水倒在蘑菇上。

['kʌvər] .
Cover **.**
覆盖 .

覆盖。

[let] [stænd] [faɪv] ['mɪnɪts] .
Let **stand** **5** **minutes** **.**
让 站立 5 分钟 .

静置5分钟。

[dreɪn] .
Drain **.**
流走 .

流走。

['ɔːltərnət] [miːt] [kjuːbz] , ['ʌnjənz] , ['mʌʃrʊmz] , [ænd; ənd] [griːn] ['pepər] ['piːsɪz] [ɑːn] ['skjuːəz] .
Alternate **meat** **cubes** **,** **onions** **,** **mushrooms** **,** **and** **green** **pepper** **pieces** **on** **skewers** **.**
备用 肉 立方体 , 洋葱 , 蘑菇 , 和 绿色的 胡椒 件 在 烤串 .

将肉块、洋葱、蘑菇和青椒块交替串在烤串上。

[mɪks] [tə'meɪtoʊ] [sɔːs] , brown13
Mix **tomato** **sauce** **,** **brown13**
混合 番茄 酱 , brown13

混合番茄酱，棕色13

['ʃʊgər] , [ænd; ənd][hɑːt] ['pepər] [sɔːs] [wɪð; wɪθ] [rɪ'meɪnɪŋ] ['lɪkwɪd][frʌm; frəm] [miːt] .

sugar	**,**	**and**	**hot**	**pepper**	**sauce**	**with**	**remaining**	**liquid**	**from**	**meat**	**.**
糖	,	和	热的	胡椒	酱	和	其余的	液体	从	肉	.

糖、辣椒酱和肉汁。

[brʌʃ] [miːt] [ænd; ənd]['vedʒtəb(ə)lz][wɪð; wɪθ][tə'meɪtoʊ] [sɔːs] ['mɪkstʃər] .

Brush	**meat**	**and**	**vegetables**	**with**	**tomato**	**sauce**	**mixture**	**.**
刷子	肉	和	蔬菜	和	番茄	酱	混合物	.

在肉类和蔬菜上刷上番茄酱混合物。

[brɔɪl] , ['tɜːrnɪŋ] [æz; əz] ['niːdɪd] , [ʌn'tɪl] [miːt] [ɪz][ʌv; əv] [dɪ'zaɪrd] ['dʌnɪs] .

Broil	**,**	**turning**	**as**	**needed**	**,**	**until**	**meat**	**is**	**of**	**desired**	**doneness**	**.**
烤	,	转弯	作为	需要	,	直到	肉	是	的	想要的	完成	.

烤制过程中，根据需要翻面，直至肉达到所需的熟度。

[hiːt] [rɪ'meɪnɪŋ] [tə'meɪtoʊ]['mɪkstʃər] .

Heat	**remaining**	**tomato**	**mixture**	**.**
热	其余的	番茄	混合物	.

加热剩余的番茄混合物。

[sɜːrv] ['oʊvər] [miːt] [ænd; ənd]['vedʒtəb(ə)lz] .

Serve	**over**	**meat**	**and**	**vegetables**	**.**
服务	超过	肉	和	蔬菜	.

佐以肉类和蔬菜食用。

['brʌnzwɪk] [stuː]

Brunswick	**stew**
布伦瑞克	炖

布伦瑞克炖菜

[sɪks] ['sɝːvɪŋz] , 1½ [kʌps] [iːtʃ]

6	**servings**	**,**	**1½**	**cups**	**each**
6	份量	,	1½	杯子	每个

份，每份 1.5 杯

['tʃɪkɪn] , [hoʊl] [ɔːr][kʌt] - [ʌp][θriː] [paʊndz]

Chicken	**,**	**whole**	**or**	**cut**	**-**	**up**	**3**	**pounds**
鸡	,	所有的	或者	切	-	向上	3	磅

整鸡或切块鸡，3磅

[sɔːlt] 1½ ['tiːspuːn]

Salt	**1½**	**teaspoons**
盐	1½	茶匙

盐 1.5 茶匙

['wɔːtər][θriː] [kʌps]

Water	**3**	**cups**
水	3	杯子

水 3 杯

[pə'tetoz] , [daɪst] [wʌn][kʌp]

Potatoes	**,**	**diced**	**1**	**cup**
土豆	,	切丁	1	杯子

土豆丁 1 杯

['froʊz(ə)n]['liːmə; 'laɪmə] [biːnz] 1¾ [kʌps]

Frozen	**lima**	**beans**	**1¾**	**cups**
冷冻	利马	豆子	1¾	杯子

冷冻利马豆 1¾ 杯

[tə'meɪtoʊz] - - [aʊns] [kæn; kən]

Tomatoes	**16**	**-**	**-**	**ounce**	**can**
西红柿	-	-		盎司	能

16盎司罐装番茄

['ʌnjənz] , [tʃɑ:pt] ⅔ [kʌp]
Onions , chopped ⅔ cup
洋葱 , 切碎 ⅔ 杯子

洋葱碎 ⅔ 杯

[kɔ:rn] , ['froʊz(ə)n] 1¾ [kʌps]
Corn , frozen 1¾ cups
玉米 , 冷冻 1¾ 杯子

冷冻玉米粒 1¾ 杯

[sɔ:lt] ½ ['ti:spu:n]
Salt ½ teaspoon
盐 ½ 茶匙

盐 ½ 茶匙

['pepər] ⅛ ['ti:spu:n]
Pepper ⅛ teaspoon
胡椒 ⅛ 茶匙

胡椒粉⅛茶匙

['poʊltri] ['si:zənɪŋ] ⅛ ['ti:spu:n]
Poultry seasoning ⅛ teaspoon
家禽 调料 ⅛ 茶匙

家禽调味料⅛茶匙

['wɔ:tər] ¼ [kʌp]
Water ¼ cup
水 ¼ 杯子

水 ¼ 杯

['flaʊər][ˌtu:'tu:] ['teɪbəlˌspu:nz]
Flour 2 tablespoons
面粉 2 汤匙

面粉 2 汤匙

['sɪmər] ['tʃɪkɪn] [ɪn] ['sɔ:ltɪd] ['wɔ:tər] [ʌn'tɪl] ['tendər] .
Simmer chicken in salted water until tender .
煨 鸡 在 咸的 水 直到 投标 .

将鸡肉放入盐水中慢炖至软烂。

[dreɪn] , [seɪv] [brɔ:θ] .
Drain , save broth .
流走 , 节省 肉汤 .

沥干水分，保留肉汤。

['seprət] [ðə; ði] [mi:t] [frʌm; frəm] [ðə; ði] [skɪn] [ænd; ənd] [boʊnz] [ænd; ənd] [kʌt] [mi:t] ['ɪntu:] ['pi:sɪz] [æz; əz]
Separate the meat from the skin and bones and cut meat into pieces as
分离 这 肉 从 这 皮肤 和 骨头 和 切 肉 进入 件 作为
[dɪ'zaɪrd] .
desired .
想要的 .

将肉从皮和骨头上剔下来，然后根据需要将肉切成块。

[skɪm] [fæt] [frʌm; frəm] [brɔ:θ] .
Skim fat from broth .
撇去 胖的 从 肉汤 .

撇去肉汤中的油脂。

[ðə; ði][fæt][kæn; kən][biː; bi] [skɪmd] [mɔːr] ['iːzəli] [ɪf] [ðə; ði] [brɔːθ] [ɪz] [tʃɪld] [ɪ'nʌf] [tuː; tə][sə'lɪdɪfaɪ]

The	fat	can	be	skimmed	more	easily	if	the	broth	is	chilled	enough	to	solidify
这	胖的	能	是	脱脂	更多的	容易地	如果	这	肉汤	是	冷藏	足够的	到	固化

[ðə; ði][fæt] .

the	fat	.
这	胖的	.

如果将肉汤冷却到脂肪凝固的程度，就更容易撇去脂肪。

[ˌeɪ diː 'diː] [pə'tetoz] [tuː; tə] [brɔːθ] [ænd; ənd] ['sɪmər] [faɪv] ['mɪnɪts] .

Add	potatoes	to	broth	and	simmer	5	minutes	.
添加	土豆	到	肉汤	和	煨	5	分钟	.

将土豆加入肉汤中，小火慢炖 5 分钟。

[ˌeɪ diː 'diː]['liːmə; 'laɪmə] [biːnz] , [tə'meɪtoʊz] , [ænd; ənd] ['ʌnjənz] .

Add	lima	beans	,	tomatoes	,	and	onions	.
添加	利马	豆子	,	西红柿	,	和	洋葱	.

加入利马豆、西红柿和洋葱。

['sɪmər] ['sɛvən] ['mɪnɪts] .

Simmer	7	minutes	.
煨	7	分钟	.

小火慢炖7分钟。

[ˌeɪ diː 'diː] ['tʃɪkɪn] , [kɔːrn] , [ænd; ənd] ['siːzniŋz] .

Add	chicken	,	corn	,	and	seasonings	.
添加	鸡	,	玉米	,	和	调味料	.

加入鸡肉、玉米和调味料。

[kʊk] [θriː] ['mɪnɪts] [lɔːŋgər] .

Cook	3	minutes	longer	.
厨师	3	分钟	更长	.

再煮3分钟。

[mɪks] ¼ [kʌp]['wɔːtər][wɪð; wɪθ]['flaʊər][ʌn'tɪl] [smuːð] .

Mix	¼	cup	water	with	flour	until	smooth	.
混合	¼	杯子	水	和	面粉	直到	光滑的	.

将1/4杯水与面粉混合搅拌至顺滑。

[ˌeɪ diː 'diː][tuː; tə] [stuː] [ænd; ənd] [hiːt] [dʒʌst] [lɔːŋ] [ɪ'nʌf] [tuː; tə] ['θɪkən] , ['stɜːrɪŋ] [æz; əz] ['niːdɪd] .

Add	to	stew	and	heat	just	long	enough	to	thicken	,	stirring	as	needed	.
添加	到	炖	和	热	只是	长的	足够的	到	加厚	,	搅拌	作为	需要	.

加入炖菜中，加热至浓稠即可，期间根据需要搅拌。

[egz] ['benədɪkt]

Eggs	benedict
鸡蛋	本尼迪克特

班尼迪克蛋

[sɪks] ['sɜ˞ːvɪŋz]

6	servings
6	份量

6人份

[kə'neɪdiən]['beɪkən][sɪks]['slaɪsɪz] , [ə'baʊt][ˌtuː'tuː] ['aʊnsɪz] [iːtʃ]

Canadian	bacon	6	slices	,	about	2	ounces	each
加拿大	熏肉	6	切片	,	关于	2	盎司	每个

加拿大培根 6 片，每片约 2 盎司

[ɔɪl] [ɔːr][fæt] , [meltid][wʌn] ['teɪblspuːn]

Oil	or	fat	,	melted	1	tablespoon
油	或者	胖的	,	融化	1	汤匙

融化的油或脂肪 1 汤匙

['ɪŋglɪʃ] ['mʌfɪn] , [kʌt][ɪn][hæf][θriː]
English muffins , cut in half 3
英语 松饼 , 切 在 一半 3

英式松饼，切成两半 3个

['bʌtər] [ɔːr]['mɑːrdʒərən][wʌn] ['teɪblspuːn]
Butter or margarine 1 tablespoon
黄油 或者 人造黄油 1 汤匙

黄油或人造黄油 1 汤匙

[egz] [sɪks]
Eggs 6
鸡蛋 6

鸡蛋 6

[sɔːlt] ½ ['tiːspuːn]
Salt ½ teaspoon
盐 ½ 茶匙

盐 ½ 茶匙

['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtər][fɔːr][kʌps][ɔːr] [mɔːr]
Boiling water 4 cups or more
沸腾 水 4 杯子 或者 更多的

4杯或更多沸水

[mɑːk] ['hɑːləndeɪz] [sɔːs] ([piː] . -) [wʌn]['resəpi]
Mock hollandaise sauce (p . 18) 1 recipe
嘲笑 荷兰酱 酱 (p . -) 1 食谱

仿荷兰酱（第18页）1份食谱

[fraɪ]['beɪkən][ɪn][fæt][ɪn]['fraɪpæn] .
Fry bacon in fat in frypan .
炒 熏肉 在 胖的 在 煎锅 .

用煎锅里的油煎培根。

[kiːp] [wɔːrm] .
Keep warm .
保持 温暖的 .

注意保暖。

[spred] ['ɪŋglɪʃ] ['mʌfɪn] [hævz] [wɪð; wɪθ] ['bʌtər] [ɔːr]['mɑːrdʒərən] .
Spread English muffin halves with butter or margarine .
传播 英语 松饼 一半 和 黄油 或者 人造黄油 .

在英式松饼上涂抹黄油或人造黄油。

[toʊst] ['ʌndər] ['brɔɪlər] .
Toast under broiler .
吐司 在下面 肉鸡 .

用烤箱上火烤至金黄色。

[breɪk] [egz] ['ɪntuː] ['sɔːsər] , [wʌn][æt; ət][ə; eɪ][taɪm] .
Break eggs into saucer , one at a time .
休息 鸡蛋 进入 碟子 , 一 在 一个 时间 .

鸡蛋一个一个地打入碟子里。

[slɪp] [iːtʃ] [eg] ['dʒentli]['ɪntuː] ['bɔɪlɪŋ] ['sɔːltɪd]['wɔːtər] .
Slip each egg gently into boiling salted water .
滑 每个 蛋 轻轻地 进入 沸腾 咸的 水 .

将每个鸡蛋轻轻放入沸腾的盐水中。

['wɔːtər][ʃʊd; ʃəd]['kʌvər] [egz] .
Water should cover eggs .
水 应该 覆盖 鸡蛋 .

水应没过鸡蛋。

[ˌriːˈhiːt] [tuː; tə] [ˈsɪmərɪŋ] .
Reheat **to** **simmering** **.**
再加热 到 煨煮 .

重新加热至微沸。

[ˈsɪmər] , [ˈkʌvərd] , [ʌnˈtɪl] [egz] [ɑːr; ər][ʌv; əv] [dɪˈzaɪrd] [ˈdʌnɪs] , [əˈbaʊt][θriː] [ˈmɪnɪts] [fɔːr; fər]
Simmer **,** **covered** **,** **until** **eggs** **are** **of** **desired** **doneness** **,** **about** **3** **minutes** **for**
煨 , 涵盖 , 直到 鸡蛋 是 的 想要的 完成 , 关于 3 分钟 为了
[ˈmiːdiəm] .
medium **.**
中等的 .

盖上锅盖，小火慢煮至鸡蛋达到所需的熟度，中等熟度大约需要 3 分钟。

[tɑːp] [iːtʃ] [ˈmʌfɪn] [hæf][wɪð; wɪθ][slaɪs][ʌv; əv][ˈbeɪkən] ; [ðen] [wɪð; wɪθ] [poʊtʃt] [eg] .
Top **each** **muffin** **half** **with** **slice** **of** **bacon** **;** **then** **with** **poached** **egg** **.**
顶部 每个 松饼 一半 和 片 的 熏肉 ; 然后 和 偷猎 蛋 .

在每半个松饼上放一片培根，再放一个水煮蛋。

[sɜːrv] [wɪð; wɪθ] [mɑːk] [ˈhɑːləndeɪz] [sɔːs] [ˈoʊvər][tɑːp][ʌv; əv] [eg] .
Serve **with** **mock** **hollandaise** **sauce** **over** **top** **of** **egg** **.**
服务 和 嘲笑 荷兰酱 酱 超过 顶部 的 蛋 .

将仿荷兰酱淋在鸡蛋上即可食用。

[biːf] [stuː]
Beef **stew**
牛肉 炖

炖牛肉

[sɪks] [ˈsɜ˞ːvɪŋz] , 1½ [kʌps] [iːtʃ]
6 **servings** **,** **1½** **cups** **each**
6 份量 , 1½ 杯子 每个

份，每份 1.5 杯

[ˈboʊnləs] [stuː] [biːf] , [wʌn] - [ɪntʃ] [kjuːbz] 1½ [paʊndz]
Boneless **stew** **beef** **,** **1** **-** **inch** **cubes** **1½** **pounds**
无骨 炖 牛肉 , 1 - 英寸 立方体 1½ 磅

无骨炖牛肉，1英寸见方，1.5磅

[fæt][ɔːr][ɔɪl][ˌtuːˈtuː] [ˈteɪbəlˌspuːnz]
Fat **or** **oil** **2** **tablespoons**
胖的 或者 油 2 汤匙

脂肪或油 2 汤匙

[ˈwɔːtər][θriː][kʌps]
Water **3** **cups**
水 3 杯子

水 3 杯

[beɪ] [liːf] [wʌn]
Bay **leaf** **1**
湾 叶子 1

月桂叶 1

[pəˈtetoz] , [ˈkwɔːrtərd] [θriː][kʌps]
Potatoes **,** **quartered** **3** **cups**
土豆 , 四分 3 杯子

土豆，切成四瓣，3 杯

[ˈkærəts] , [kʌt][ɪn] [tʃʌŋks] 1½ [kʌps]
Carrots **,** **cut** **in** **chunks** **1½** **cups**
胡萝卜 , 切 在 块 1½ 杯子

胡萝卜，切块 1.5 杯

['ʌnjənz] [sɪks] [smɔːl]
Onions **6** **small**
洋葱 6 小的

洋葱 6 个小

[sɔːlt][ˌtuːˈtuː] ['tiːspuːn]
Salt **2** **teaspoons**
盐 2 茶匙

盐 2 茶匙

['pepər] ¼ ['tiːspuːn]
Pepper **¼** **teaspoon**
胡椒 ¼ 茶匙

胡椒粉 ¼ 茶匙

['flaʊər] ¼ [kʌp]
Flour **¼** **cup**
面粉 ¼ 杯子

面粉 ¼ 杯

['wɔːtər] ⅓ cup14
Water **⅓** **cup14**
水 ⅓ cup14

水 ⅓ 杯14

[braʊn] [miːt] [ɑːn][ɔːl][saɪdz][ɪn][fæt][ɪn][ə; eɪ][lɑːrdʒ] , ['hevi] ['sɔːspæn] .
Brown **meat** **on** **all** **sides** **in** **fat** **in** **a** **large** **,** **heavy** **saucepan** **.**
棕色的 肉 在 全部 侧面 在 胖的 在 一个 大的 , 重的 平底锅 .

在大而厚的平底锅中，用油脂将肉的各个面煎至棕色。

[ˌeɪ diː 'diː][θriː][kʌps]['wɔːtər][ænd; ənd][beɪ] [liːf] .
Add **3** **cups** **water** **and** **bay** **leaf** **.**
添加 3 杯子 水 和 湾 叶子 .

加入3杯水和一片月桂叶。

['kʌvər] ['taɪtli] .
Cover **tightly** **.**
覆盖 紧紧 .

盖紧。

['sɪmər] [ə'baʊt][ˌtuːˈtuː]['aʊərz][ɔːr][ʌn'tɪl] [miːt] [ɪz]['tendər] .
Simmer **about** **2** **hours** **or** **until** **meat** **is** **tender** **.**
煨 关于 2 小时 或者 直到 肉 是 投标 .

小火慢炖约2小时或直至肉软烂。

[ˌeɪ diː 'diː]['vedʒtəb(ə)lz][ænd; ənd] ['siːzniŋz] [ænd; ənd][kən'tɪnjuː] ['kʊkɪŋ] , ['kʌvərd] , [ə'baʊt] -
Add **vegetables** **and** **seasonings** **and** **continue** **cooking** **,** **covered** **,** **about** **25**
添加 蔬菜 和 调味料 和 继续 烹饪 , 涵盖 , 关于 -
['mɪnɪts] [ɔːr][ʌn'tɪl]['vedʒtəb(ə)lz][ɑːr; ər]['tendər] .
minutes **or** **until** **vegetables** **are** **tender** **.**
分钟 或者 直到 蔬菜 是 投标 .

加入蔬菜和调味料，盖上盖子继续煮约 25 分钟，或直到蔬菜变软。

[rɪ'muːv] [beɪ] [liːf] .
Remove **bay** **leaf** **.**
消除 湾 叶子 .

取出月桂叶。

[stɜːr]['flaʊər]['ɪntuː] ⅓ [kʌp]['wɔːtər][ʌn'tɪl] [smuːð] .
Stir **flour** **into** **⅓** **cup** **water** **until** **smooth** **.**
搅拌 面粉 进入 ⅓ 杯子 水 直到 光滑的 .

将面粉搅拌到 ⅓ 杯水中，直至顺滑。

[stɜːr]['flaʊər]['mɪkstʃər]['dʒentli]['ɪntuː] [stuː] ; [kən'tɪnjuː] ['stɜːrɪŋ] ['oʊnli][æz; əz] ['niːdɪd] [tuː; tə] [prɪ'vent]

Stir	**flour**	**mixture**	**gently**	**into**	**stew**	**;**	**continue**	**stirring**	**only**	**as**	**needed**	**to**	**prevent**
搅拌	面粉	混合物	轻轻地	进入	炖	;	继续	搅拌	仅有的	作为	需要	到	防止

['stɪkɪŋ] [ʌn'tɪl] [stuː] ['θɪkənz] .

sticking	**until**	**stew**	**thickens**	**.**
粘性	直到	炖	增厚	.

将面粉混合物轻轻拌入炖菜中；继续搅拌，只需在炖菜变稠之前防止粘锅即可。

['kɜːrid] [pɔːrk] [tʃɔps]

Curried	**pork**	**chops**
咖喱	猪肉	排骨

咖喱猪排

[sɪks] ['sɜ˞ːvɪŋz] , [wʌn] [tʃɑːp] [iːtʃ]

6	**servings**	**,**	**1**	**chop**	**each**
6	份量	,	1	劈	每个

6人份，每人1块

[pɔːrk] [tʃɔps] , [lɔɪn] [sɪks]

Pork	**chops**	**,**	**loin**	**6**
猪肉	排骨	,	腰部	6

猪排，里脊肉 6

['flaʊər] ¼ [kʌp]

Flour	**¼**	**cup**
面粉	¼	杯子

面粉 ¼ 杯

[ɔɪl] [ɔːr][fæt] , [meltid] [wʌn] ['teɪblspuːn]

Oil	**or**	**fat**	**,**	**melted**	**1**	**tablespoon**
油	或者	胖的	,	融化	1	汤匙

融化的油或脂肪 1 汤匙

['mʌʃrʊmz] , [slaɪst] , [dreɪnd] [eɪt] - [aʊns] [kæn; kən]

Mushrooms	**,**	**sliced**	**,**	**drained**	**8**	**-**	**ounce**	**can**
蘑菇	,	切片	,	排水	8	-	盎司	能

蘑菇片，沥干水分，8盎司罐装

['ʌnjən] , ['faɪnli] [tʃɑːpt] ⅓ [kʌp]

Onion	**,**	**finely**	**chopped**	**⅓**	**cup**
洋葱	,	精细地	切碎	⅓	杯子

洋葱，切碎 ⅓ 杯

['bʌtər] [ɔːr]['mɑːrdʒərən][ˌtuː'tuː] ['teɪbəlˌspuːnz]

Butter	**or**	**margarine**	**2**	**tablespoons**
黄油	或者	人造黄油	2	汤匙

黄油或人造黄油 2 汤匙

['flaʊər][ˌtuː'tuː] ['teɪbəlˌspuːnz]

Flour	**2**	**tablespoons**
面粉	2	汤匙

面粉 2 汤匙

[sɔːlt] 1½ ['tiːspuːn]

Salt	**1½**	**teaspoons**
盐	1½	茶匙

盐 1.5 茶匙

['kɜːri] ['paʊdər] [wʌn] ['tiːspuːn]

Curry	**powder**	**1**	**teaspoon**
咖喱	粉末	1	茶匙

咖喱粉 1 茶匙

[mɪlk] 1½ [kʌps]
Milk 1½ cups
牛奶 1½ 杯子

牛奶 1.5 杯

[ˌpriːˈhiːt] [ˈʌv(ə)n][tuː; tə] 350°F .
Preheat oven to 350°F .
预热 烤箱 到 350°F .

将烤箱预热至350°F。

([ˈmɑːdərət]) .
(moderate) .
(缓和) .

（缓和）。

[koʊt] [tʃɔps] [wɪð; wɪθ] ¼ [kʌp] [ˈflaʊər] .
Coat chops with ¼ cup flour .
外套 排骨 和 ¼ 杯子 面粉 .

将猪排裹上 ¼ 杯面粉。

[braʊn] [tʃɔps] [ɑːn][bəuθ][saɪdz][ɪn][fæt] .
Brown chops on both sides in fat .
棕色的 排骨 在 两个都 侧面 在 胖的 .

两面都煎至金黄酥脆，肥肉部分也呈棕色。

[pleɪs] [tʃɔps] [ɪn] [ˈbeɪkɪŋ] [pæn] .
Place chops in baking pan .
地方 排骨 在 烘烤 平底锅 .

将肉排放入烤盘中。

[ˈkʌvər] [tʃɔps] [wɪð; wɪθ] [ˈmʌʃrʊmz] .
Cover chops with mushrooms .
覆盖 排骨 和 蘑菇 .

用蘑菇盖住肉排。

[kʊk] [ˈʌnjən] [ɪn] [ˈbʌtər] [ɔːr][ˈmɑːrdʒərən] [ʌnˈtɪl] [ˈtendər] .
Cook onion in butter or margarine until tender .
厨师 洋葱 在 黄油 或者 人造黄油 直到 投标 .

用黄油或人造黄油将洋葱炒至软嫩。

[stɜːr][ɪn][ˌtuːˈtuː] [ˈteɪbəlˌspuːnz] [ˈflaʊər] , [sɔːlt] , [ænd; ənd] [ˈkɜːri] [ˈpaʊdər] .
Stir in 2 tablespoons flour , salt , and curry powder .
搅拌 在 2 汤匙 面粉 , 盐 , 和 咖喱 粉末 .

拌入2汤匙面粉、盐和咖喱粉。

[ˈgrædʒuəli] [stɜːr][ɪn] [mɪlk] .
Gradually stir in milk .
逐步地 搅拌 在 牛奶 .

慢慢倒入牛奶并搅拌。

[kʊk] , [ˈstɜːrɪŋ] [ˈkɑːnstəntli] , [ʌnˈtɪl] [ˈθɪkənd] .
Cook , stirring constantly , until thickened .
厨师 , 搅拌 不断地 , 直到 增稠 .

不断搅拌，煮至浓稠。

[pɔːr] [mɪlk] [ˈmɪkstʃər] [ˈoʊvər] [tʃɔps] .
Pour milk mixture over chops .
倒 牛奶 混合物 超过 排骨 .

将牛奶混合物浇在肉排上。

[ˈkʌvər] [pæn] .
Cover pan .
覆盖 平底锅 .

盖上锅盖。

[beɪk] [wʌn]['aʊər][ɔːr][ʌn'tɪl] [tʃɔps] [ɑːr; ər]['tendər] .

Bake	1	hour	or	until	chops	are	tender	.
烤	1	小时	或者	直到	排骨	是	投标	.

烤制1小时或直至肉排变软。

[lə'zɑːnjə]

Lasagna
千层面

千层面

[naɪn] ['sɜ˞ːvɪŋz] , [wʌn][kʌp] [iːtʃ]

9	servings	,	1	cup	each
9	份量	,	1	杯子	每个

9份，每份1杯

[graʊnd] [biːf] ¾ [paʊnd]

Ground	beef	¾	pound
地面	牛肉	¾	磅

¾磅碎牛肉

['gɑːrlɪk][kloʊvz] , ['faɪnli] [tʃɑːpt] [ˌtuː'tuː]

Garlic	cloves	,	finely	chopped	2
蒜	丁香	,	精细地	切碎	2

蒜瓣，切碎 2瓣

['ʌnjən] , [tʃɑːpt] ½ [kʌp]

Onion	,	chopped	½	cup
洋葱	,	切碎	½	杯子

洋葱碎 ½ 杯

[sɔːlt] 1½ ['tiːspuːn]

Salt	1½	teaspoons
盐	1½	茶匙

盐 1.5 茶匙

[red] ['pepər] , [krʌʃt] , [draɪd] ⅛ ['tiːspuːn]

Red	pepper	,	crushed	,	dried	⅛	teaspoon
红色的	胡椒	,	碎	,	干燥	⅛	茶匙

红辣椒碎，干 ⅛ 茶匙

[ə'regənoʊ][wʌn] ['tiːspuːn]

Oregano	1	teaspoon
牛至	1	茶匙

牛至 1 茶匙

['pɑːrsli] , [draɪd][wʌn] ['teɪblspuːn]

Parsley	,	dried	1	tablespoon
香菜	,	干燥	1	汤匙

干欧芹 1 汤匙

[tə'meɪtoʊ] [peɪst] [sɪks] - [aʊns] [kæn; kən]

Tomato	paste	6	-	ounce	can
番茄	粘贴	6	-	盎司	能

番茄酱 6盎司罐装

[tə'meɪtoʊ] [sɔːs] [eɪt] - [aʊns] [kæn; kən]

Tomato	sauce	8	-	ounce	can
番茄	酱	8	-	盎司	能

番茄酱 8 盎司罐装

[hɑːt]['wɔːtər] ¾ [kʌp]

Hot	water	¾	cup
热的	水	¾	杯子

热水 ¾ 杯

[lə'zɑːnjə] ['nuːd(ə)lz][sɪks]
Lasagna **noodles** **6**
千层面 面条 6

千层面条 6

[eg] , ['biːtn] [wʌn]
Egg **,** **beaten** **1**
蛋 , 被打败 1

鸡蛋，打散 1

[rɪ'kɑːtə] [tʃiːz] - ['aʊnsɪz]
Ricotta **cheese** **12** **ounces**
乳清干酪 奶酪 - 盎司

意大利乳清干酪 12 盎司

[ˌmɑːtsə'relə] [tʃiːz] , ['θɪnli] [slaɪst] [fɔːr] ['aʊnsɪz]
Mozzarella **cheese** **,** **thinly** **sliced** **4** **ounces**
马苏里拉奶酪 奶酪 , 薄薄的 切片 4 盎司

马苏里拉奶酪，切成薄片，4盎司

['pɑːrməzɑːnˌ'pɑːrməzæn] [tʃiːz] , ['greɪtɪd] ¼ [kʌp]
Parmesan **cheese** **,** **grated** **¼** **cup**
帕尔马干酪 奶酪 , 磨碎的 ¼ 杯子

帕玛森奶酪碎 ¼ 杯

['krʌmb(ə)l] [graʊnd] [biːf] ['ɪntuː][lɑːrdʒ]['fraɪpæn] .
Crumble **ground** **beef** **into** **large** **frypan** **.**
崩溃 地面 牛肉 进入 大的 煎锅 .

将碎牛肉放入大煎锅中。

[kʊk] ['oʊvər] ['mɑːdərət] [hiːt] , ['stɜːrɪŋ] [æz; əz] ['niːdɪd] , [ʌn'tɪl] [biːf] [ɪz] ['laɪtli] [braʊn] .
Cook **over** **moderate** **heat** **,** **stirring** **as** **needed** **,** **until** **beef** **is** **lightly** **browned** **.**
厨师 超过 缓和 热 , 搅拌 作为 需要 , 直到 牛肉 是 轻轻 棕色 .

用中火烹煮，不时翻炒，直至牛肉略呈褐色。

[ˌeɪ diː 'diː]['gɑːrlɪk][ænd; ənd]['ʌnjən] ; [kʊk] [ʌn'tɪl] ['ʌnjən] [bɪ'kʌmz] ['tendər] .
Add **garlic** **and** **onion** **;** **cook** **until** **onion** **becomes** **tender** **.**
添加 蒜 和 洋葱 ; 厨师 直到 洋葱 变成 投标 .

加入大蒜和洋葱；煮至洋葱变软。

[stɜːr][ɪn] ['siːzniŋz] , [tə'meɪtoʊ] [peɪst] , [tə'meɪtoʊ] [sɔːs] , [ænd; ənd]['wɔːtər] .
Stir **in** **seasonings** **,** **tomato** **paste** **,** **tomato** **sauce** **,** **and** **water** **.**
搅拌 在 调味料 , 番茄 粘贴 , 番茄 酱 , 和 水 .

加入调味料、番茄酱、番茄沙司和水。

[kʊk] [lə'zɑːnjə] ['nuːd(ə)lz] [ʌn'tɪl] ['tendər] , ['juːzɪŋ][də'rekʃ(ə)nz][ɑːn] ['pækɪdʒ] .
Cook **lasagna** **noodles** **until** **tender** **,** **using** **directions** **on** **package** **.**
厨师 千层面 面条 直到 投标 , 使用 方向 在 包裹 .

按照包装上的说明，将千层面煮至软熟。

[mɪks] [eg] [wɪð; wɪθ] [rɪ'kɑːtə] [tʃiːz] .
Mix **egg** **with** **Ricotta** **cheese** **.**
混合 蛋 和 乳清干酪 奶酪 .

将鸡蛋与乳清干酪混合。

[ˌpriː'hiːt] ['ʌv(ə)n][tuː; tə] 350°F .
Preheat **oven** **to** **350°F** **.**
预热 烤箱 到 350°F .

将烤箱预热至350°F。

(['mɑːdərət]) .
(**moderate** **)** **.**
(缓和) .

(缓和)。

[ɪn][ə; eɪ]['sɛvən] - [baɪ] - - [baɪ][ˌtuː'tuː] - [ɪntʃ] ['beɪkɪŋ] [dɪʃ] , [spred] ['leər] [ʌv; əv][wʌn] - [fɔːrθ] [ʌv; əv]
In a 7 - by 12 - by 2 - inch baking dish , spread layers of one - fourth of
在 一个 7 - 经过 - - 经过 2 - 英寸 烘烤 盘子 , 传播 层 的 一 - 第四 的
[tə'meɪtoʊ] - [miːt] [sɔːs] ,
tomato - meat sauce ,
番茄 - 肉 酱 ,

在一个7英寸×12英寸×2英寸的烤盘中，铺上一层番茄肉酱（约占总量的四分之一），

[ðen] [θriː] ['nuːd(ə)lz] , [ænd; ənd] [ə'nʌðər] [wʌn] - [fɔːrθ] [ʌv; əv][tə'meɪtoʊ] - [miːt] [sɔːs] .
then three noodles , and another one - fourth of tomato - meat sauce .
然后 三 面条 , 和 其他 一 - 第四 的 番茄 - 肉 酱 .

然后是三根面条，以及四分之一的番茄肉酱。

[tɑːp][wɪð; wɪθ][hæf][ʌv; əv] [iːtʃ] [kaɪnd][ʌv; əv] [tʃiːz] .
Top with half of each kind of cheese .
顶部 和 一半 的 每个 种类 的 奶酪 .

在上面铺上每种奶酪的一半。

[ˌeɪ diː 'diː] [ə'nʌðər] [wʌn] - [fɔːrθ] [ʌv; əv][ðə; ði][tə'meɪtoʊ] - [miːt] [sɔːs] ; [ðen] [ðə; ði] [rɪ'meɪnɪŋ]
Add another one - fourth of the tomato - meat sauce ; then the remaining
添加 其他 一 - 第四 的 这 番茄 - 肉 酱 ; 然后 这 其余的
[rɪ'kɑːtə] ['mɪkstʃər][ænd; ənd] [ˌmɑːtsə'relə] [tʃiːz] .
Ricotta mixture and Mozzarella cheese .
乳清干酪 混合物 和 马苏里拉奶酪 奶酪 .

加入四分之一的番茄肉酱；然后加入剩余的乳清干酪混合物和马苏里拉奶酪。

[spred] [wɪð; wɪθ] [rɪ'meɪnɪŋ] ['nuːd(ə)lz][ænd; ənd] [sɔːs] .
Spread with remaining noodles and sauce .
传播 和 其余的 面条 和 酱 .

将剩余的面条和酱汁涂抹在面条上。

[tɑːp][wɪð; wɪθ] [rɪ'meɪnɪŋ] ['pɑːrməzɑːnˌpɑːrməzæn] [tʃiːz] .
Top with remaining Parmesan cheese .
顶部 和 其余的 帕尔马干酪 奶酪 .

最后撒上剩余的帕玛森奶酪。

[beɪk] , [ʌn'kʌvərd] , - ['mɪnɪts] .
Bake , uncovered , 30 minutes .
烤 , 裸露 , - 分钟 .

烤制30分钟，无需盖盖。

[kuːl] - ['mɪnɪts] [bɪ'fɔːr] ['sɜːrvɪŋ] . -
Cool 10 minutes before serving . 15
凉爽的 - 分钟 前 服务 . -

冷却10分钟后即可食用。15

[noʊt] :
NOTE :
笔记 :

笔记:

[lə'zɑːnjə] ['friːzɪz] [wel] ['iːðər] [bɪ'fɔːr] [ɔːr]['æftər] ['beɪkɪŋ] .
Lasagna freezes well either before or after baking .
千层面 冰冻 出色地 任何一个 前 或者 后 烘烤 .

千层面无论是烘烤前还是烘烤后都可以冷冻保存。

[θɔː] [ɪn][rɪ'frɪdʒəreɪtər] .
Thaw in refrigerator .
解冻 在 冰箱 .

在冰箱中解冻。

['leftoʊvər] [lə'zɑ:njə] [kæn; kən] ['ɔ:lsoʊ] [bi:; bi] [stɔ:rd] [ɪn] [ðə; ði] [rɪ'frɪdʒəreɪtər] [fɔ:r; fər] [ə; eɪ] [deɪ] [ɔ:r] [tu:] ,

Leftover	**lasagna**	**can**	**also**	**be**	**stored**	**in**	**the**	**refrigerator**	**for**	**a**	**day**	**or**	**two**	**,**
剩余物	千层面	能	还	是	存储	在	这	冰箱	为了	一个	天	或者	二	,

剩下的千层面也可以放在冰箱里保存一两天。

[ænd; ənd] [teɪsts] [dʒʌst] [æz; əz] [gʊd] [ˌri:'hi:tid] [æz; əz] [wen] ['freʃli] [beɪkt] .

and	**tastes**	**just**	**as**	**good**	**reheated**	**as**	**when**	**freshly**	**baked**	**.**
和	口味	只是	作为	好的	重新加热	作为	什么时候	新鲜的	烘焙	.

重新加热后味道和刚出炉时一样好。

[mu:'sɑ:kə]

Moussaka

穆萨卡

穆萨卡

([læm] [ænd; ənd] ['egplænt] ['kæsəroʊl])

(	**lamb**	**and**	**eggplant**	**casserole**	**)**
(	羊肉	和	茄子	沙锅	)

（羊肉茄子砂锅）

[sɪks] ['sɜ˞:vɪŋz] , [wʌn] [kʌp] [i:tʃ]

6	**servings**	**,**	**1**	**cup**	**each**
6	份量	,	1	杯子	每个

6 份，每份 1 杯

['egplænt] , [peəd] , [slaɪst] [wʌn] [smɔ:l] ([ə'baʊt] [wʌn] [paʊnd])

Eggplant	**,**	**pared**	**,**	**sliced**	**1**	**small**	**(**	**about**	**1**	**pound**	**)**
茄子	,	精简	,	切片	1	小的	(	关于	1	磅	)

茄子，去皮，切片 1 个小茄子（约 1 磅）

[sɔ:lt] ½ ['ti:spu:n]

Salt	**½**	**teaspoon**
盐	½	茶匙

盐 ½ 茶匙

['flaʊər] , ['ʌn'siftid] ½ [kʌp]

Flour	**,**	**unsifted**	**½**	**cup**
面粉	,	未经筛选的	½	杯子

未过筛面粉 ½ 杯

[fæt] [ɔ:r] [ɔɪl] ¼ [kʌp]

Fat	**or**	**oil**	**¼**	**cup**
胖的	或者	油	¼	杯子

脂肪或油 ¼ 杯

['ʌnjən] , ['faɪnli] [tʃɑ:pt] ½ [kʌp]

Onion	**,**	**finely**	**chopped**	**½**	**cup**
洋葱	,	精细地	切碎	½	杯子

洋葱碎 ½ 杯

[graʊnd] [læm] 1½ [paʊndz]

Ground	**lamb**	**1½**	**pounds**
地面	羊肉	1½	磅

羊肉馅 1.5 磅

[draɪ] [red] [waɪn] ¼ [kʌp]

Dry	**red**	**wine**	**¼**	**cup**
干燥	红色的	葡萄酒	¼	杯子

干红葡萄酒 ¼ 杯

[tə'meɪtoʊ] [sɔ:s] ½ [kʌp]

Tomato	**sauce**	**½**	**cup**
番茄	酱	½	杯子

番茄酱 ½ 杯

['pɑːrsli] , [tʃɑːpt] [wʌn] ['teɪblspuːn]
Parsley , chopped 1 tablespoon
香菜 , 切碎 1 汤匙

欧芹碎 1 汤匙

[taɪm] ½ ['tiːspuːn]
Thyme ½ teaspoon
百里香 ½ 茶匙

百里香 ½ 茶匙

['pepər] ⅛ ['tiːspuːn]
Pepper ⅛ teaspoon
胡椒 ⅛ 茶匙

胡椒粉⅛茶匙

[sɔːlt][wʌn] ['tiːspuːn]
Salt 1 teaspoon
盐 1 茶匙

盐 1 茶匙

['bredkrʌmz] , [faɪn] [draɪ] ½ [kʌp]
Breadcrumbs , fine dry ½ cup
面包屑 , 美好的 干燥 ½ 杯子

细干面包屑 ½ 杯

[tə'meɪtoʊz] , [piːld] , [slaɪst] [ˌtuː'tuː]
Tomatoes , peeled , sliced 2
西红柿 , 去皮 , 切片 2

去皮切片的西红柿 2个

['joʊgərt][eɪt] - [aʊns] [kən'teɪnər]
Yogurt 8 - ounce container
酸奶 8 - 盎司 容器

8盎司装酸奶

[eg] [joʊk] , ['biːtn] [ˌtuː'tuː]
Egg yolks , beaten 2
蛋 蛋黄 , 被打败 2

打散的蛋黄 2

['pɑːrməzɑːn,'pɑːrməzæn] [tʃiːz] , ['greɪtɪd] ¼ [kʌp]
Parmesan cheese , grated ¼ cup
帕尔马干酪 奶酪 , 磨碎的 ¼ 杯子

帕玛森奶酪碎 ¼ 杯

['sprɪŋk(ə)l] ['egplænt] ['slaɪsɪz][wɪð; wɪθ] ½ ['tiːspuːn] [sɔːlt] .
Sprinkle eggplant slices with ½ teaspoon salt .
撒 茄子 切片 和 ½ 茶匙 盐 .

在茄子片上撒上½茶匙盐。

[let] [stænd][wʌn]['aʊər] .
Let stand 1 hour .
让 站立 1 小时 .

静置1小时。

[ˌpriː'hiːt] ['ʌv(ə)n][tuː; tə] 375°F .
Preheat oven to 375°F .
预热 烤箱 到 375°F .

将烤箱预热至375°F。

(['mɑːdərət]) .
(moderate) .
(缓和) .

(缓和)。

[griːs] [θriː] - [kwɔːrt] ['kæsəroʊl] .
Grease **3** **-** **quart** **casserole** **.**
润滑脂 3 - 夸脱 沙锅 .

在3夸脱的砂锅里抹油。

[draɪ] ['egplænt] [wɪð; wɪθ]['peɪpər] ['taʊəl] .
Dry **eggplant** **with** **paper** **towel** **.**
干燥 茄子 和 纸 毛巾 .

用厨房纸巾吸干茄子表面的水分。

[koʊt] [wɪð; wɪθ] [hæf] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['flaʊər] .
Coat **with** **half** **of** **the** **flour** **.**
外套 和 一半 的 这 面粉 .

裹上一半面粉。

[braʊn] ['laɪtli] [ɪn] [fæt] .
Brown **lightly** **in** **fat** **.**
棕色的 轻轻 在 胖的 .

脂肪层略呈棕色。

[kʊk] ['ʌnjən] [ænd; ənd] [læm] [ʌn'tɪl] [læm] [ɪz] ['laɪtli] [braʊn] .
Cook **onion** **and** **lamb** **until** **lamb** **is** **lightly** **browned** **.**
厨师 洋葱 和 羊肉 直到 羊肉 是 轻轻 棕色 .

将洋葱和羊肉炒至羊肉略呈褐色。

[dreɪn] [ɔːf] [ɪk'ses] [fæt] .
Drain **off** **excess** **fat** **.**
流走 离开 过量的 胖的 .

沥去多余油脂。

[mɪks] [waɪn] , [tə'meɪtoʊ] [sɔːs] , ['pɑːrsli] , [taɪm] , ['pepər] , [ænd; ənd] [wʌn] ['tiːspuːn] [sɔːlt] .
Mix **wine** **,** **tomato** **sauce** **,** **parsley** **,** **thyme** **,** **pepper** **,** **and** **1** **teaspoon** **salt** **.**
混合 葡萄酒 , 番茄 酱 , 香菜 , 百里香 , 胡椒 , 和 1 茶匙 盐 .

将葡萄酒、番茄酱、欧芹、百里香、胡椒粉和 1 茶匙盐混合。

[pɔːr] ['oʊvər] [miːt] ['mɪkstʃər] .
Pour **over** **meat** **mixture** **.**
倒 超过 肉 混合物 .

淋在肉馅上。

[kʊk] ['oʊvər] [loʊ] [hiːt] [fɔːr; fər] - ['mɪnɪts] .
Cook **over** **low** **heat** **for** **15** **minutes** **.**
厨师 超过 低的 热 为了 - 分钟 .

小火煮15分钟。

['sprɪŋk(ə)l] [hæf] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['bredkrʌmz] [ɪn] ['bɑːtəm] [ʌv; əv] ['kæsəroʊl] .
Sprinkle **half** **of** **the** **breadcrumbs** **in** **bottom** **of** **casserole** **.**
撒 一半 的 这 面包屑 在 底部 的 沙锅 .

将一半面包屑撒在砂锅底部。

[ə'reɪndʒ] ['egplænt] ['slaɪsɪz] [ɪn] ['leɪər] [ɑːn] ['bredkrʌmz] .
Arrange **eggplant** **slices** **in** **layer** **on** **breadcrumbs** **.**
安排 茄子 切片 在 层 在 面包屑 .

将茄子片一层一层地铺在面包屑上。

[spred] [miːt] ['mɪkstʃər] ['oʊvər] ['egplænt] ['slaɪsɪz] .
Spread **meat** **mixture** **over** **eggplant** **slices** **.**
传播 肉 混合物 超过 茄子 切片 .

将肉馅涂抹在茄子片上。

[pleɪs] [tə'meɪtoʊ] ['slaɪsɪz] [ɑːn] [tɑːp] [ʌv; əv] [miːt] .
Place **tomato** **slices** **on** **top** **of** **meat** **.**
地方 番茄 切片 在 顶部 的 肉 .

将番茄片放在肉上面。

[biːt] ['joʊgərt] , [eg] [joʊk] , [ænd; ənd] [rɪ'meɪnɪŋ] ['flaʊər] [tə'geðər] .

Beat	**yogurt**	**,**	**egg**	**yolks**	**,**	**and**	**remaining**	**flour**	**together**	**.**
打	酸奶	,	蛋	蛋黄	,	和	其余的	面粉	一起	.

将酸奶、蛋黄和剩余的面粉一起搅拌均匀。

[pɔːr] ['oʊvər][tə'meɪtoʊ]['slaɪsɪz] .

Pour	**over**	**tomato**	**slices**	**.**
倒	超过	番茄	切片	.

将汁淋在番茄片上。

['sprɪŋk(ə)l][wɪð; wɪθ]['pɑːrməzɑːn,'pɑːrməzæn] [tʃiːz] .

Sprinkle	**with**	**Parmesan**	**cheese**	**.**
撒	和	帕尔马干酪	奶酪	.

撒上帕玛森奶酪碎。

[tɑːp][wɪð; wɪθ] [rɪ'meɪnɪŋ] [bred] [krʌmz] .

Top	**with**	**remaining**	**bread**	**crumbs**	**.**
顶部	和	其余的	面包	面包屑	.

撒上剩余的面包屑。

[beɪk] - ['mɪnɪts] .

Bake	**45**	**minutes**	**.**
烤	-	分钟	.

烘烤45分钟。

[breɪzd] [biːf] [ænd; ənd]['vedʒtəb(ə)lz]

Braised	**beef**	**and**	**vegetables**
炖	牛肉	和	蔬菜

红烧牛肉和蔬菜

[sɪks] ['sɜ˞ːvɪŋz] , [ə'baʊt] 3½ ['aʊnsɪz] [miːt] [ænd; ənd][wʌn] [kʌp] ['vedʒtəb(ə)l] [iːtʃ]

6	**servings**	**,**	**about**	**3½**	**ounces**	**meat**	**and**	**1**	**cup**	**vegetable**	**each**
6	份量	,	关于	3½	盎司	肉	和	1	杯子	蔬菜	每个

6人份，每份约含3.5盎司肉和1杯蔬菜。

[biːf] [tʃʌk] , ['boʊnləs] , ½ - [ɪntʃ] [θɪk] [ˌtuː'tuː] [paʊndz]

Beef	**chuck**	**,**	**boneless**	**,**	**½**	**-**	**inch**	**thick**	**2**	**pounds**
牛肉	查克	,	无骨	,	½	-	英寸	厚的	2	磅

牛肩肉，去骨，半英寸厚，2磅

['flaʊər] ¼ [kʌp]

Flour	**¼**	**cup**
面粉	¼	杯子

面粉 ¼ 杯

[sɔːlt][wʌn] ['tiːspuːn]

Salt	**1**	**teaspoon**
盐	1	茶匙

盐 1 茶匙

['pepər] ⅛ ['tiːspuːn]

Pepper	**⅛**	**teaspoon**
胡椒	⅛	茶匙

胡椒粉⅛茶匙

[fæt][ɔːr][ɔɪl][ˌtuː'tuː] ['teɪbəlˌspuːnz]

Fat	**or**	**oil**	**2**	**tablespoons**
胖的	或者	油	2	汤匙

脂肪或油 2 汤匙

['wɔːtər] ½ [kʌp]

Water	**½**	**cup**
水	½	杯子

水 ½ 杯

['ʌnjənz] [sɪks] [smɔːl]
Onions **6** **small**
洋葱 6 小的

洋葱 6 个小

['kærəts] , [kʌt] ['ɪntuː] [ˌtuː'tuː] - [ɔːr] [θriː] - [ɪntʃ] ['piːsɪz] [sɪks] ['miːdiəm]
Carrots **,** **cut** **into** **2** **-** **or** **3** **-** **inch** **pieces** **6** **medium**
胡萝卜 , 切 进入 2 - 或者 3 - 英寸 件 6 中等的

胡萝卜，切成 2 或 3 英寸长的段，6 根中等大小的胡萝卜。

['seləri] , [kʌt] ['ɪntuː] [wʌn] - [ɪntʃ] ['piːsɪz] [θriː] [stɔːks]
Celery **,** **cut** **into** **1** **-** **inch** **pieces** **3** **stalks**
芹菜 , 切 进入 1 - 英寸 件 3 茎

芹菜，切成 1 英寸长的段，共 3 根

[pə'tetoz] , ['kwɔːrtərd] [sɪks] [smɔːl]
Potatoes **,** **quartered** **6** **small**
土豆 , 四分 6 小的

土豆，切成四瓣，6个小土豆

[ˌpriː'hiːt] ['ʌv(ə)n] [tuː; tə] 350°F .
Preheat **oven** **to** **350°F** **.**
预热 烤箱 到 350°F .

将烤箱预热至350°F。

(['mɑːdərət]) .
(**moderate** **)** **.**
(缓和) .

(缓和)。

[kʌt] [miːt] ['ɪntuː] [sɪks] ['sɜːrvɪŋ] ['piːsɪz] .
Cut **meat** **into** **six** **serving** **pieces** **.**
切 肉 进入 六 服务 件 .

将肉切成六份。

[mɪks] ['flaʊər] [ænd; ənd] ['siːzniŋz] ; [koʊt] [miːt] [wɪð; wɪθ] ['mɪkstʃər] .
Mix **flour** **and** **seasonings** **;** **coat** **meat** **with** **mixture** **.**
混合 面粉 和 调味料 ; 外套 肉 和 混合物 .

将面粉和调味料混合；将混合物涂抹在肉上。

[hiːt] [fæt] [ɪn] [lɑːrdʒ] ['fraɪpæn] .
Heat **fat** **in** **large** **frypan** **.**
热 胖的 在 大的 煎锅 .

在大煎锅中加热油脂。

[braʊn] [miːt] [ɑːn] [bəuθ] [saɪdz] , ['tɜːrnɪŋ] [wʌns] .
Brown **meat** **on** **both** **sides** **,** **turning** **once** **.**
棕色的 肉 在 两个都 侧面 , 转弯 一次 .

两面煎至棕色，翻面一次。

[pleɪs] [braʊn] [miːt] [ɪn] [lɑːrdʒ] ['beɪkɪŋ] [pæn] .
Place **browned** **meat** **in** **large** **baking** **pan** **.**
地方 棕色 肉 在 大的 烘烤 平底锅 .

将煎好的肉放入大的烤盘中。

[ˌeɪ diː 'diː] ['wɔːtər] , ['ʌnjənz] , ['kærəts] , [ænd; ənd] ['seləri] .
Add **water** **,** **onions** **,** **carrots** **,** **and** **celery** **.**
添加 水 , 洋葱 , 胡萝卜 , 和 芹菜 .

加入水、洋葱、胡萝卜和芹菜。

['kʌvər] [ænd; ənd] [beɪk] [wʌn] ['aʊər] .
Cover **and** **bake** **1** **hour** **.**
覆盖 和 烤 1 小时 .

盖上盖子，烘烤1小时。

[ˌeɪ diː 'diː] [pə'tetoz] , ['kʌvər] , [ænd; ənd] [beɪk] - ['mɪnɪts] [lɔːŋgər] [ɔːr] [ʌn'tɪl] ['vedʒtəb(ə)lz] [ɑːr; ər] ['tendər]

Add	potatoes	,	cover	,	and	bake	45	minutes	longer	or	until	vegetables	are	tender
添加	土豆	,	覆盖	,	和	烤	-	分钟	更长	或者	直到	蔬菜	是	投标

.

:

.

加入土豆，盖上盖子，再烤 45 分钟或直到蔬菜变软。

[rɪ'muːv] [miːt] [ænd; ənd] ['vedʒtəb(ə)lz] [frʌm; frəm] ['lɪkwɪd] [bɪ'fɔːr] ['sɜːrvɪŋ] .

Remove	meat	and	vegetables	from	liquid	before	serving	.
消除	肉	和	蔬菜	从	液体	前	服务	.

食用前将肉和蔬菜从汤汁中取出。

[meɪk] ['greɪvi] [wɪð; wɪθ] ['lɪkwɪd] , [ɪf] [dɪ'zaɪrd] . -

Make	gravy	with	liquid	,	if	desired	.	16
制作	肉汁	和	液体	, 如果		想要的	.	-

如果需要，可以用液体做成肉汁。16

['sauə,brɑːtən, 'zauə-]

Sauerbraten
酸菜炖牛肉

酸菜炖牛肉

- ['sɜ˞ːvɪŋz] , [θriː] ['aʊnsɪz] [iːtʃ]

12	servings	,	3	ounces	each
-	份量	,	3	盎司	每个

12份，每份3盎司。

['ʌnjənz] , [slaɪst] [ˌtuː'tuː] [kʌps]

Onions	,	sliced	2	cups
洋葱	,	切片	2	杯子

洋葱片 2 杯

['lemən] [dʒuːs] ¼ [kʌp]

Lemon	juice	¼	cup
柠檬	汁	¼	杯子

柠檬汁 ¼ 杯

['vɪnɪgər] 1½ [kʌps]

Vinegar	1½	cups
醋	1½	杯子

醋 1.5 杯

['ʃʊgər] [wʌn] ['teɪblspuːn]

Sugar	1	tablespoon
糖	1	汤匙

糖 1 汤匙

[kloʊvz] , [hoʊl] -

Cloves	,	whole	12
丁香	,	所有的	-

丁香，整粒 12 粒

[beɪ] [liːvz] [fɔːr]

Bay	leaves	4
湾	树叶	4

月桂叶 4 片

['pepər] ⅛ ['tiːspuːn]

Pepper	⅛	teaspoon
胡椒	⅛	茶匙

胡椒粉⅛茶匙

[sɔːlt][ˌtuːˈtuː] ['tiːspuːn]
Salt **2** **teaspoons**
盐 2 茶匙

盐 2 茶匙

[biːf] [rʌmp] [roʊst] , ['boʊnləs] [ə'baʊt] 3½ [paʊndz]
Beef **rump** **roast** **,** **boneless** **About** **3½** **pounds**
牛肉 臀部 烤 , 无骨 关于 3½ 磅

去骨牛臀肉烤肉，约3.5磅

[fæt][ɔːr][ɔɪl][ˌtuːˈtuː] ['teɪbəlˌspuːnz]
Fat **or** **oil** **2** **tablespoons**
胖的 或者 油 2 汤匙

脂肪或油 2 汤匙

['kʊkɪŋ] ['lɪkwɪd][ænd; ənd]['wɔːtər] 1½ [kʌps]
Cooking **liquid** **and** **water** **1½** **cups**
烹饪 液体 和 水 1½ 杯子

烹饪液和水 1.5 杯

[koʊld]['wɔːtər] ½ [kʌp]
Cold **water** **½** **cup**
寒冷的 水 ½ 杯子

冷水 ½ 杯

['dʒɪndʒərˌsnæp] , [krʌʃt] ½ [kʌp]
Gingersnaps **,** **crushed** **½** **cup**
姜饼 , 碎 ½ 杯子

姜饼碎 ½ 杯

[tuː] [deɪz] [bɪ'fɔːr] :
Two **days** **before** **:**
二 天 前 :

两天前：

[mɪks] ['ʌnjənz] , ['lemən] [dʒuːs] , ['vɪnɪgər] , ['ʃʊgər] , [kloʊvz] , [beɪ] [liːvz] , ['pepər] , [ænd; ənd][sɔːlt] .
Mix **onions** **,** **lemon** **juice** **,** **vinegar** **,** **sugar** **,** **cloves** **,** **bay** **leaves** **,** **pepper** **,** **and** **salt** **.**
混合 洋葱 , 柠檬 汁 , 醋 , 糖 , 丁香 , 湾 树叶 , 胡椒 , 和 盐 .

将洋葱、柠檬汁、醋、糖、丁香、月桂叶、胡椒和盐混合。

[pleɪs] [roʊst] [ɪn] [boʊl] .
Place **roast** **in** **bowl** **.**
地方 烤 在 碗 .

将烤肉放入碗中。

[pɔːr] ['ʌnjən] ['mɪkstʃər]['oʊvər] [roʊst] .
Pour **onion** **mixture** **over** **roast** **.**
倒 洋葱 混合物 超过 烤 .

将洋葱混合物浇在烤肉上。

[let] [stænd][ɪn][rɪ'frɪdʒəreɪtər][fɔːr; fər] - ['aʊərz] .
Let **stand** **in** **refrigerator** **for** **48** **hours** **.**
让 站立 在 冰箱 为了 - 小时 .

放入冰箱冷藏48小时。

[tɜːrn] [roʊst] ['oʊvər][ɪn] [boʊl] [ˌhæf'weɪ] [θruː] ['stændɪŋ] ['pɪriəd] .
Turn **roast** **over** **in** **bowl** **halfway** **through** **standing** **period** **.**
转动 烤 超过 在 碗 半 通过 常设 时期 .

烤肉静置过程中，中途将烤肉翻面。

[ðə; ði] [deɪ] [ʌv; əv] ['sɜːrvɪŋ] :
The **day** **of** **serving** **:**
这 天 的 服务 :

服役日：

[rɪ'muːv] [roʊst] [frʌm; frəm] ['ʌnjən] ['mɪkstʃər] ; [dreɪn] .

Remove	**roast**	**from**	**onion**	**mixture**	**;**	**drain**	**.**
消除	烤	从	洋葱	混合物	;	流走	.

将烤肉从洋葱混合物中取出；沥干水分。

[braʊn] [miːt] [ɪn] [fæt] [ɪn] ['hevi] [pæn] .

Brown	**meat**	**in**	**fat**	**in**	**heavy**	**pan**	**.**
棕色的	肉	在	胖的	在	重的	平底锅	.

用厚底锅将肉在油脂中煎至棕色。

[ˌeɪ diː 'diː] ['ʌnjən] ['mɪkstʃər] .

Add	**onion**	**mixture**	**.**
添加	洋葱	混合物	.

加入洋葱混合物。

['sɪmər] [ʌn'tɪl] ['tendər] , [ə'baʊt] 2½ ['aʊərz] .

Simmer	**until**	**tender**	**,**	**about**	**2½**	**hours**	**.**
煨	直到	投标	,	关于	2½	小时	.

小火慢炖至软烂，约2.5小时。

[rɪ'muːv] [miːt] ; [streɪn] ['kʊkɪŋ] ['lɪkwɪd] .

Remove	**meat**	**;**	**strain**	**cooking**	**liquid**	**.**
消除	肉	;	拉紧	烹饪	液体	.

取出肉；过滤煮肉的汤汁。

[hiːt] ['kʊkɪŋ] ['lɪkwɪd] [ænd; ənd] ['wɔːtər] [tuː; tə] ['bɔɪlɪŋ] .

Heat	**cooking**	**liquid**	**and**	**water**	**to**	**boiling**	**.**
热	烹饪	液体	和	水	到	沸腾	.

将烹饪液体和水加热至沸腾。

[mɪks] [koʊld] ['wɔːtər] [ænd; ənd] ['dʒɪndʒərˌsnæp] .

Mix	**cold**	**water**	**and**	**gingersnaps**	**.**
混合	寒冷的	水	和	姜饼	.

将冷水和姜饼混合。

[stɜːr] ['ɪntuː] ['bɔɪlɪŋ] ['lɪkwɪd] .

Stir	**into**	**boiling**	**liquid**	**.**
搅拌	进入	沸腾	液体	.

搅拌至沸腾的液体中。

[kʊk] , ['stɜːrɪŋ] ['kɑːnstəntli] , [ʌn'tɪl] ['θɪkənd] .

Cook	**,**	**stirring**	**constantly**	**,**	**until**	**thickened**	**.**
厨师	,	搅拌	不断地	,	直到	增稠	.

不断搅拌，煮至浓稠。

[slaɪs] [roʊst] ['ɪntuː] [θɪn] ['slaɪsɪz] .

Slice	**roast**	**into**	**thin**	**slices**	**.**
片	烤	进入	薄的	切片	.

将烤肉切成薄片。

[sɜːrv] [wɪð; wɪθ] ['dʒɪndʒərˌsnæp] ['greɪvi] .

Serve	**with**	**gingersnap**	**gravy**	**.**
服务	和	姜饼	肉汁	.

佐以姜饼肉汁食用。

[kiːʃ] [lə'reɪn]

Quiche	**Lorraine**
乳蛋饼	洛林

洛林乳蛋饼

[sɪks] ['sɜ˞ːvɪŋz]

6	**servings**
6	份量

6人份

['beɪkən][eɪt] ['aʊnsɪz]
Bacon **8** **ounces**
熏肉 8 盎司

培根 8 盎司

['peɪstri] [ʃel] , [ʌn'beɪkt] [naɪn] - [ɪntʃ]
Pastry **shell** **,** **unbaked** **9** **-** **inch**
糕点 壳 , 未烘焙的 9 - 英寸

未烘焙的9英寸酥皮

[swɪs] [tʃiːz] , ['nætʃ(ə)rəl] , ['kɔːrsli] ['ʃrɛdəd, 'ʃrɛdɪd] 1½ [kʌps] (['sɛvən] ['aʊnsɪz])
Swiss **cheese** **,** **natural** **,** **coarsely** **shredded** **1½** **cups** **(** **7** **ounces** **)**
瑞士 奶酪 , 自然的 , 粗略地 碎 1½ 杯子 (7 盎司)

瑞士奶酪，天然，粗切丝 1½ 杯（7 盎司）

[sɔːlt] ¾ ['tiːspuːn]
Salt **¾** **teaspoon**
盐 ¾ 茶匙

盐 ¾ 茶匙

['pepər] ¼ ['tiːspuːn]
Pepper **¼** **teaspoon**
胡椒 ¼ 茶匙

胡椒粉 ¼ 茶匙

[kaɪ'en] [dæʃ]
Cayenne **Dash**
辣椒 短跑

Cayenne Dash

['nʌtmeg] [dæʃ]
Nutmeg **Dash**
肉豆蔻 短跑

肉豆蔻粉

[egz] [fɔːr]
Eggs **4**
鸡蛋 4

鸡蛋 4

[hæf] - [ænd; ənd] - [hæf] 1½ [kʌps]
Half **-** **and** **-** **half** **1½** **cups**
一半 - 和 - 一半 1½ 杯子

半奶油 1.5 杯

[ˌpriː'hiːt] ['ʌv(ə)n][tuː; tə] 375°F .
Preheat **oven** **to** **375°F** **.**
预热 烤箱 到 375°F .

将烤箱预热至375°F。

(['mɑːdərət]) .
(**moderate** **)** **.**
(缓和) .

(缓和)。

[kʌt] ['beɪkən]['ɪntuː] ['piːsɪz] [ænd; ənd][fraɪ][ʌn'tɪl] [braʊn] [ænd; ənd] ['veri] [krɪsp] .
Cut **bacon** **into** **pieces** **and** **fry** **until** **brown** **and** **very** **crisp** **.**
切 熏肉 进入 件 和 炒 直到 棕色的 和 非常 脆 .

将培根切成小块，煎至棕色酥脆。

[dreɪn] [wel] .
Drain **well** **.**
流走 出色地 .

排水良好。

['krʌmb(ə)l]['beɪkən]['ɪntuː]['peɪstri] [ʃel] .

Crumble	**bacon**	**into**	**pastry**	**shell**	**.**
崩溃	熏肉	进入	糕点	壳	.

将培根碎撒入酥皮中。

['sprɪŋk(ə)l] [tʃiːz] ['oʊvər][ðə; ði]['beɪkən] .

Sprinkle	**cheese**	**over**	**the**	**bacon**	**.**
撒	奶酪	超过	这	熏肉	.

在培根上撒上奶酪。

[mɪks] ['siːzniŋz] [ænd; ənd]['sprɪŋk(ə)l]['oʊvər] [tʃiːz] .

Mix	**seasonings**	**and**	**sprinkle**	**over**	**cheese**	**.**
混合	调味料	和	撒	超过	奶酪	.

将调味料混合，撒在奶酪上。

[biːt] [egz] [ænd; ənd][hæf] - [ænd; ənd] - [hæf] [tə'geðər] .

Beat	**eggs**	**and**	**half**	**-**	**and**	**-**	**half**	**together**	**.**
打	鸡蛋	和	一半	-	和	-	一半	一起	.

将鸡蛋和半奶油搅拌在一起。

[pɔːr] ['oʊvər] [tʃiːz] [ænd; ənd]['beɪkən] .

Pour	**over**	**cheese**	**and**	**bacon**	**.**
倒	超过	奶酪	和	熏肉	.

淋上奶酪和培根。

[beɪk] - ['mɪnɪts] [ɔːr][ʌn'tɪl] ['laɪtli] [braʊn] [ænd; ənd][ə; eɪ] [naɪf] [in'səːtid]['ɪntuː][ðə; ði]['sentər]

Bake	**45**	**minutes**	**or**	**until**	**lightly**	**browned**	**and**	**a**	**knife**	**inserted**	**into**	**the**	**center**
烤	-	分钟	或者	直到	轻轻	棕色	和	一个	刀	插入	进入	这	中心

[kʌmz] [aʊt] [kliːn] .

comes	**out**	**clean**	**.**
来	出去	干净的	.

烘烤 45 分钟或直至表面呈浅棕色，用刀插入中心取出时刀面干净即可。

['hæmbɜːrgər]['pɑːrməzɑːn,'pɑːrməzæn]

Hamburger	**Parmesan**
汉堡包	帕尔马干酪

帕尔马干酪汉堡

[sɪks] ['sɜ˞ːvɪŋz] , [wʌn] ['pæti] [iːtʃ]

6	**servings**	**,**	**1**	**patty**	**each**
6	份量	,	1	肉饼	每个

份，每份 1 个肉饼

[graʊnd] [biːf] [raʊnd] 1½ [paʊndz]

Ground	**beef**	**round**	**1½**	**pounds**
地面	牛肉	圆形的	1½	磅

牛肉馅（牛臀肉）1.5磅

[sɔːlt] ½ ['tiːspuːn]

Salt	**½**	**teaspoon**
盐	½	茶匙

盐 ½ 茶匙

['pepər] ⅛ ['tiːspuːn]

Pepper	**⅛**	**teaspoon**
胡椒	⅛	茶匙

胡椒粉⅛茶匙

['flaʊər] , ['ʌn'siftid] ¼ [kʌp]

Flour	**,**	**unsifted**	**¼**	**cup**
面粉	,	未经筛选的	¼	杯子

未过筛面粉 ¼ 杯

[egz] , ['biːtn] [ˌtuː'tuː]
Eggs , beaten 2
鸡蛋 , 被打败 2

打散的鸡蛋 2

['bredkrʌmz] , [faɪn] [draɪ] [wʌn] [kʌp]
Breadcrumbs , fine dry 1 cup
面包屑 , 美好的 干燥 1 杯子

细干面包屑 1 杯

[fæt] [ɔːr] [ɔɪl] [θriː] ['teɪbəlˌspuːnz]
Fat or oil 3 tablespoons
胖的 或者 油 3 汤匙

脂肪或油 3 汤匙

[ˌmɑːtsə'relə] [tʃiːz] [sɪks] ['slaɪsɪz]
Mozzarella cheese 6 slices
马苏里拉奶酪 奶酪 6 切片

马苏里拉奶酪 6 片

['mʌʃrʊm] ['piːsɪz] , [dreɪnd] [fɔːr] - [aʊns] [kæn; kən]
Mushroom pieces , drained 4 - ounce can
蘑菇 件 , 排水 4 - 盎司 能

蘑菇块，沥干水分，4盎司罐装

[spə'geti] [sɔːs] - - [aʊns] [kæn; kən]
Spaghetti sauce 15 - ounce can
意大利细面条 酱 - - 盎司 能

15盎司罐装意大利面酱

['pɑːrməzɑːnˌ'pɑːrməzæn] [tʃiːz] [θriː] tablespoons17
Parmesan cheese 3 tablespoons17
帕尔马干酪 奶酪 3 tablespoons17

帕玛森奶酪 3 汤匙 17

[ˌpriː'hiːt] ['ʌv(ə)n] [tuː; tə] 400°F .
Preheat oven to 400°F .
预热 烤箱 到 400°F .

将烤箱预热至华氏400度。

([hɑːt]) .
(hot) .
(热的) .

(热的)。

['dʒentli] [mɪks] [graʊnd] [biːf] [wɪð; wɪθ] [sɔːlt] [ænd; ənd] ['pepər] .
Gently mix ground beef with salt and pepper .
轻轻地 混合 地面 牛肉 和 盐 和 胡椒 .

将牛肉末与盐和胡椒粉轻轻拌匀。

[ʃeɪp] ['ɪntuː] [sɪks] ['pættaɪz] [ə'baʊt] ½ [ɪntʃ] [θɪk] .
Shape into six patties about ½ inch thick .
形状 进入 六 肉饼 关于 ½ 英寸 厚的 .

将面团捏成六个约 ½ 英寸厚的肉饼。

[koʊt] [iːtʃ] ['pæti] [wɪð; wɪθ] ['flaʊər] ; [dɪp] ['ɪntuː] [egz] .
Coat each patty with flour ; dip into eggs .
外套 每个 肉饼 和 面粉 ; 蘸 进入 鸡蛋 .

将每个肉饼裹上面粉；蘸上蛋液。

[koʊt] [wɪð; wɪθ] ['bredkrʌmz] .
Coat with breadcrumbs .
外套 和 面包屑 .

裹上面包屑。

[braʊn] ['pættaɪz][ɪn][fæt] .

Brown	**patties**	**in**	**fat**	**.**
棕色的	肉饼	在	胖的	.

脂肪包裹的棕色肉饼。

[ə'reɪndʒ] ['pættaɪz][ɪn]['sɪŋg(ə)l] ['leɪər] [ɪn] ['beɪkɪŋ] [pæn] , [ə'baʊt] - [baɪ][naɪn][baɪ][ˌtuː'tuː] [ɪntʃɪz] .

Arrange	**patties**	**in**	**single**	**layer**	**in**	**baking**	**pan**	**,**	**about**	**13**	**by**	**9**	**by**	**2**	**inches**	**.**
安排	肉饼	在	单身的	层	在	烘烤	平底锅	,	关于	-	经过	9	经过	2	英寸	.

将肉饼单层平铺在烤盘中，烤盘尺寸约为 13 x 9 x 2 英寸。

[tɑːp] [iːtʃ] ['pæti] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ][slaɪs][ʌv; əv] [ˌmɑːtsə'relə] [tʃiːz] .

Top	**each**	**patty**	**with**	**a**	**slice**	**of**	**Mozzarella**	**cheese**	**.**
顶部	每个	肉饼	和	一个	片	的	马苏里拉奶酪	奶酪	.

在每个肉饼上放一片马苏里拉奶酪。

[pleɪs] ['mʌʃrʊm] ['piːsɪz] [ɑːn][tɑːp][ʌv; əv] [tʃiːz] - ['kʌvərd] ['pættaɪz] .

Place	**mushroom**	**pieces**	**on**	**top**	**of**	**cheese**	**-**	**covered**	**patties**	**.**
地方	蘑菇	件	在	顶部	的	奶酪	-	涵盖	肉饼	.

将蘑菇片放在裹着奶酪的肉饼上。

[tɑːp][wɪð; wɪθ] [spə'geti] [sɔːs] .

Top	**with**	**spaghetti**	**sauce**	**.**
顶部	和	意大利细面条	酱	.

淋上意大利面酱。

['sprɪŋk(ə)l][wɪð; wɪθ]['pɑːrməzɑːnˌpɑːrməzæn] [tʃiːz] .

Sprinkle	**with**	**Parmesan**	**cheese**	**.**
撒	和	帕尔马干酪	奶酪	.

撒上帕玛森奶酪碎。

[beɪk] - ['mɪnɪts] [ɔːr][ʌn'tɪl] [sɔːs] [ɪz] ['bʌbli] [ænd; ənd] [tʃiːz] [meltid] .

Bake	**25**	**minutes**	**or**	**until**	**sauce**	**is**	**bubbly**	**and**	**cheese**	**melted**	**.**
烤	-	分钟	或者	直到	酱	是	起泡酒	和	奶酪	融化	.

烤25分钟或直到酱汁冒泡、奶酪融化。

['vedʒtəb(ə)lz]

Vegetables
蔬菜

蔬菜

[kɔːrn] ['pʊdɪŋ]

Corn	**pudding**
玉米	布丁

玉米布丁

[sɪks] ['sɜ˞ːvɪŋz] , [ə'baʊt] ⅔ [kʌp] [iːtʃ]

6	**servings**	**,**	**about**	**⅔**	**cup**	**each**
6	份量	,	关于	⅔	杯子	每个

人份，每人约 ⅔ 杯

['froʊz(ə)n][kɔːrn] , [hoʊl] ['kɜːrn(ə)l] 3½ [kʌps]

Frozen	**corn**	**,**	**whole**	**kernel**	**3½**	**cups**
冷冻	玉米	,	所有的	核心	3½	杯子

冷冻玉米粒（整粒）3.5 杯

[mɪlk][wʌn][kʌp]

Milk	**1**	**cup**
牛奶	1	杯子

牛奶 1 杯

[egz] , ['slaɪtli] ['biːtn] [θriː]

Eggs	**,**	**slightly**	**beaten**	**3**
鸡蛋	,	轻微地	被打败	3

鸡蛋，略微打散 3 个

[sɔːlt][wʌn] ['tiːspuːn]
Salt 1 teaspoon
盐 1 茶匙

盐 1 茶匙

['pepər] ⅛ ['tiːspuːn]
Pepper ⅛ teaspoon
胡椒 ⅛ 茶匙

胡椒粉⅛茶匙

['bʌtər] [ɔːr]['mɑːrdʒərən] , [meltid][ˌtuːˈtuː] ['teɪbəlˌspuːnz]
Butter or margarine , melted 2 tablespoons
黄油 或者 人造黄油 , 融化 2 汤匙

融化的黄油或人造黄油 2 汤匙

['ʃʊgər] [θriː] ['teɪbəlˌspuːnz]
Sugar 3 tablespoons
糖 3 汤匙

糖 3 汤匙

[ˌpriːˈhiːt] ['ʌv(ə)n][tuː; tə] 325°F .
Preheat oven to 325°F .
预热 烤箱 到 325°F .

将烤箱预热至325°F。

([sloʊ]) .
(slow) .
(慢的) .

(慢的)。

[griːs] 1½ - [kwɔːrt] ['kæsəroʊl] .
Grease 1½ - quart casserole .
润滑脂 1½ - 夸脱 沙锅 .

在1.5夸脱的砂锅里抹油。

[kʊk] [kɔːrn] [əˈkɔːrdɪŋ] [tuː; tə] ['pækɪdʒ] [dəˈrekʃ(ə)nz] .
Cook corn according to package directions .
厨师 玉米 根据 到 包裹 方向 .

按照包装说明烹煮玉米。

[dreɪn] .
Drain .
流走 .

流走。

[skɔːld][mɪlk] .
Scald milk .
烫伤 牛奶 .

用开水烫牛奶。

[mɪks] [rɪˈmeɪnɪŋ] [ɪnˈgriːdiənts] [təˈgeðər] .
Mix remaining ingredients together .
混合 其余的 原料 一起 .

将剩余的材料混合在一起。

['sloʊli] [ˌeɪ diː 'diː][hɑːt][mɪlk][tuː; tə] [eg] ['mɪkstʃər] .
Slowly add hot milk to egg mixture .
缓慢地 添加 热的 牛奶 到 蛋 混合物 .

慢慢地将热牛奶倒入蛋液中。

[ˌeɪ diː 'diː][kɔːrn] .
Add corn .
添加 玉米 .

加入玉米。

[pɔːr] ['ɪntuː] ['kæsəroʊl] .
Pour **into** **casserole** **.**
倒 进入 沙锅 .

倒入砂锅中。

[beɪk] - ['mɪnɪts] [ɔːr] [ʌn'tɪl] [set] .
Bake **30** **minutes** **or** **until** **set** **.**
烤 - 分钟 或者 直到 放 .

烘烤30分钟或直至凝固。

[noʊt] : [ɪn'sted] [ʌv; əv]['froʊz(ə)n][kɔːrn] , [juːz] [tuː] - - [aʊns] [kænz] [hoʊl] - ['kɜːrn(ə)l][kɔːrn] , ['hiːtɪd]
NOTE **:** **Instead** **of** **frozen** **corn** **,** **use** **two** **17** **-** **ounce** **cans** **whole** **-** **kernel** **corn** **,** **heated**
笔记 : 反而 的 冷冻 玉米 , 使用 二 - - 盎司 罐头 所有的 - 核心 玉米 , 加热
[ʌn'tɪl] ['bɔɪlɪŋ] [ænd; ənd] [dreɪnd] .
until **boiling** **and** **drained** **.**
直到 沸腾 和 排水 .

注意：不要使用冷冻玉米，而是使用两罐 17 盎司的整粒玉米，加热至沸腾后沥干水分。

['kæbɪdʒ] [kʊkt] [ɪn] [mɪlk]
Cabbage **cooked** **in** **milk**
卷心菜 煮熟 在 牛奶

用牛奶煮的卷心菜

[sɪks] ['sɜ˞ːvɪŋz] , ½ [kʌp] [iːtʃ]
6 **servings** **,** **½** **cup** **each**
6 份量 , ½ 杯子 每个

份，每份 ½ 杯

['kæbɪdʒ] , ['ʃrɛdəd, 'ʃrɛdɪd][wʌn][kwɔːrt]
Cabbage **,** **shredded** **1** **quart**
卷心菜 , 碎 1 夸脱

卷心菜丝 1 夸脱

[mɪlk] 1½ [kʌps]
Milk **1½** **cups**
牛奶 1½ 杯子

牛奶 1.5 杯

['flaʊər][ˌtuː'tuː] ['teɪbəlˌspuːnz]
Flour **2** **tablespoons**
面粉 2 汤匙

面粉 2 汤匙

['bʌtər] [ɔːr]['mɑːrdʒərən] , [meltid][ˌtuː'tuː] ['teɪbəlˌspuːnz]
Butter **or** **margarine** **,** **melted** **2** **tablespoons**
黄油 或者 人造黄油 , 融化 2 汤匙

融化的黄油或人造黄油 2 汤匙

[sɔːlt][wʌn] ['tiːspuːn]
Salt **1** **teaspoon**
盐 1 茶匙

盐 1 茶匙

['pepər] [dæʃ]
Pepper **Dash**
胡椒 短跑

胡椒冲刺

[ˌeɪ diː 'diː] ['kæbɪdʒ] [tuː; tə] [mɪlk] [ænd; ənd] ['sɪmər] [fɔːr; fər][ˌtuː'tuː] ['mɪnɪts] .
Add **cabbage** **to** **milk** **and** **simmer** **for** **2** **minutes** **.**
添加 卷心菜 到 牛奶 和 煨 为了 2 分钟 .

将卷心菜加入牛奶中，小火煮2分钟。

[mɪks][ðə; ði]['flaʊər][ænd; ənd][fæt][ænd; ənd][ˌeɪ di: 'di:][ə; eɪ]['lɪt(ə)l][ʌv; əv][ðə; ði][hɑ:t][mɪlk] .

Mix	**the**	**flour**	**and**	**fat**	**and**	**add**	**a**	**little**	**of**	**the**	**hot**	**milk**	**.**
混合	这	面粉	和	胖的	和	添加	一个	小的	的	这	热的	牛奶	.

将面粉和油脂混合，加入少许热牛奶。

[stɜ:r]['ɪntu:] ['kæbɪdʒ] [ænd; ənd] [kʊk] [fɔ:r; fər][θri:][ɔ:r][fɔ:r] ['mɪnɪts] [ʌn'tɪl] ['θɪkənd] , ['stɜ:rɪŋ] ['kɑ:nstəntli] .

Stir	**into**	**cabbage**	**and**	**cook**	**for**	**3**	**or**	**4**	**minutes**	**until**	**thickened**	**,**	**stirring**	**constantly**	**.**
搅拌	进入	卷心菜	和	厨师	为了	3	或者	4	分钟	直到	增稠	,	搅拌	不断地	.

将汤汁倒入卷心菜中，不断搅拌，煮3到4分钟，直到汤汁变稠。

['si:z(ə)n][wɪð; wɪθ][sɔ:lt][ænd; ənd] ['pepər] .

Season	**with**	**salt**	**and**	**pepper**	**.**
季节	和	盐	和	胡椒	.

用盐和胡椒调味。

['egplænt] - [tə'meɪtoʊ] ['kæsəroʊl]

Eggplant	**-**	**tomato**	**casserole**
茄子	-	番茄	沙锅

茄子番茄砂锅

[sɪks] ['sɜ˞:vɪŋz] , ¾ [kʌp] [i:tʃ]

6	**servings**	**,**	**¾**	**cup**	**each**
6	份量	,	¾	杯子	每个

份，每份 ¾ 杯

['ʌnjən] , [tʃɑ:pt] [wʌn][lɑ:rdʒ]

Onion	**,**	**chopped**	**1**	**large**
洋葱	,	切碎	1	大的

洋葱，切碎 1 个大

['egplænts] , [pi:ld] [ænd; ənd] [daɪst] [ˌtu:'tu:] [smɔ:l]

Eggplants	**,**	**peeled**	**and**	**diced**	**2**	**small**
茄子	,	去皮	和	切丁	2	小的

去皮切丁的茄子 2 个小茄子

['bʌtər] [ɔ:r]['mɑ:rdʒərən] ¼ [kʌp]

Butter	**or**	**margarine**	**¼**	**cup**
黄油	或者	人造黄油	¼	杯子

黄油或人造黄油 ¼ 杯

[tə'meɪtoʊz] , [dreɪnd] - - [aʊns] [kæn; kən]

Tomatoes	**,**	**drained**	**28**	**-**	**ounce**	**can**
西红柿	,	排水	-	-	盎司	能

番茄罐头（沥干水分，28盎司/罐）

[sɔ:lt][wʌn] ['ti:spu:n]

Salt	**1**	**teaspoon**
盐	1	茶匙

盐 1 茶匙

['pepər] ⅛ ['ti:spu:n]

Pepper	**⅛**	**teaspoon**
胡椒	⅛	茶匙

胡椒粉⅛茶匙

[kɔ:rn] [fleɪk] [krʌmz] ¼ [kʌp]

Corn	**flake**	**crumbs**	**¼**	**cup**
玉米	薄片	面包屑	¼	杯子

玉米片碎屑 ¼ 杯

[ˌpriːˈhiːt] ['ʌv(ə)n][tuː; tə] 350°F .
Preheat oven to 350°F .
预热 烤箱 到 350°F .

将烤箱预热至350°F。

(['mɑːdərət]) .
(moderate) .
(缓和) .

(缓和)。

[kʊk] ['ʌnjən][ænd; ənd] ['egplænt] [ɪn][fæt][ʌn'tɪl]['goʊldən] [braʊn] .
Cook onion and eggplant in fat until golden brown .
厨师 洋葱 和 茄子 在 胖的 直到 金的 棕色的 .

将洋葱和茄子用油炒至金黄色。

[ˌeɪ diː 'diː][tə'meɪtoʊz] , [sɔːlt] , [ænd; ənd] ['pepər] .
Add tomatoes , salt , and pepper .
添加 西红柿 , 盐 , 和 胡椒 .

加入番茄、盐和胡椒粉。

[mɪks] ['θɜːrəli] .
Mix thoroughly .
混合 彻底 .

充分搅拌。

[pɔːr] ['ɪntuː] ['kæsəroʊl] [ænd; ənd][tɑːp][wɪð; wɪθ] [krʌmz] .
Pour into casserole and top with crumbs .
倒 进入 沙锅 和 顶部 和 面包屑 .

倒入砂锅中，撒上面包屑。

[beɪk] - ['mɪnɪts] . -
Bake 30 minutes . 18
烤 - 分钟 . -

烘烤30分钟。18

['sɔːsɪz]
Sauces
酱汁

酱汁

[mɑːk] ['hɑːləndeɪz] [sɔːs]
Mock hollandaise sauce
嘲笑 荷兰酱 酱

仿荷兰酱

[sɪks] ['sɜ˞ːvɪŋz] , [ˌtuːˈtuː] ['teɪbəlˌspuːnz] [iːtʃ]
6 servings , 2 tablespoons each
6 份量 , 2 汤匙 每个

人份，每人 2 汤匙

[kriːm] [tʃiːz] , ['sɔfənd] [θriː] - [aʊns] ['pækɪdʒ]
Cream cheese , softened 3 - ounce package
奶油 奶酪 , 软化 3 - 盎司 包裹

软化的奶油奶酪，3盎司包装

[eg] , ['biːtn] [wʌn]
Egg , beaten 1
蛋 , 被打败 1

鸡蛋，打散 1

['lemən] [dʒuːs][ˌtuːˈtuː] ['teɪbəlˌspuːnz]
Lemon juice 2 tablespoons
柠檬 汁 2 汤匙

柠檬汁 2 汤匙

[mɪlk] [ˌtuːˈtuː] [ˈteɪbəlˌspuːnz]
Milk **2** **tablespoons**
牛奶 2 汤匙

牛奶 2 汤匙

[sɔːlt] ⅛ [ˈtiːspuːn]
Salt **⅛** **teaspoon**
盐 ⅛ 茶匙

盐⅛茶匙

[biːt] [kriːm] [tʃiːz] [ænd; ənd] [eg] [təˈgeðər] [ʌnˈtɪl] [smuːð] .
Beat **cream** **cheese** **and** **egg** **together** **until** **smooth** **.**
打 奶油 奶酪 和 蛋 一起 直到 光滑的 .

用打蛋器将奶油奶酪和鸡蛋一起搅拌至顺滑。

[ˌeɪ diː ˈdiː] [ˈlemən] [dʒuːs] , [mɪlk] , [ænd; ənd] [sɔːlt] .
Add **lemon** **juice** **,** **milk** **,** **and** **salt** **.**
添加 柠檬 汁 , 牛奶 , 和 盐 .

加入柠檬汁、牛奶和盐。

[mɪks] [wel] .
Mix **well** **.**
混合 出色地 .

充分搅拌。

[kʊk] [ˈoʊvər] [loʊ] [hiːt] , [ˈstɜːrɪŋ] [ˈkɑːnstəntli] , [ʌnˈtɪl] [sɔːs] [ɪz] [θɪk] [ænd; ənd] [ˈflʌfi] .
Cook **over** **low** **heat** **,** **stirring** **constantly** **,** **until** **sauce** **is** **thick** **and** **fluffy** **.**
厨师 超过 低的 热 , 搅拌 不断地 , 直到 酱 是 厚的 和 蓬松的 .

用小火慢煮，不断搅拌，直到酱汁浓稠蓬松。

[ˈsælədz]
Salads
沙拉

沙拉

[ˈdʒelid] [ˈvedʒtəb(ə)l] [ˈsæləd]
Jellied **vegetable** **salad**
果冻 蔬菜 沙拉

蔬菜冻沙拉

[sɪks] [ˈsɜ˞ːvɪŋz] , ½ [kʌp] [iːtʃ]
6 **servings** **,** **½** **cup** **each**
6 份量 , ½ 杯子 每个

份，每份 ½ 杯

[ˈlemən] - [ˈfleɪvər] [ˈdʒelətɪn] [θriː] - [aʊns] [ˈpækɪdʒ]
Lemon **-** **flavored** **gelatin** **3** **-** **ounce** **package**
柠檬 - 调味 明胶 3 - 盎司 包裹

柠檬味明胶，3盎司包装

[ˌʌnˈfleɪvərd] [ˈdʒelətɪn] [wʌn] [ˈtiːspuːn]
Unflavored **gelatin** **1** **teaspoon**
无味 明胶 1 茶匙

无味明胶 1 茶匙

[ˈbɔɪlɪŋ] [ˈwɔːtər] [wʌn] [kʌp]
Boiling **water** **1** **cup**
沸腾 水 1 杯子

杯沸水

[koʊld] [ˈwɔːtər] [wʌn] [kʌp]
Cold **water** **1** **cup**
寒冷的 水 1 杯子

冷水 1 杯

['ʌnjən] , ['faɪnli] [tʃɑ:pt] [wʌn] ['ti:spu:n]

Onion	**,**	**finely**	**chopped**	**1**	**teaspoon**
洋葱	,	精细地	切碎	1	茶匙

洋葱碎 1 茶匙

[sɔ:lt] ½ ['ti:spu:n]

Salt	**½**	**teaspoon**
盐	½	茶匙

盐 ½ 茶匙

[gri:n] ['pepər] , [tʃɑ:pt] ¼ [kʌp]

Green	**pepper**	**,**	**chopped**	**¼**	**cup**
绿色的	胡椒	,	切碎	¼	杯子

切碎的青椒 ¼ 杯

['kærəts] , ['ʃrɛdəd, 'ʃrɛdɪd] ¼ [kʌp]

Carrots	**,**	**shredded**	**¼**	**cup**
胡萝卜	,	碎	¼	杯子

胡萝卜丝 ¼ 杯

['seləri] , [daɪst] ¼ [kʌp]

Celery	**,**	**diced**	**¼**	**cup**
芹菜	,	切丁	¼	杯子

芹菜丁 ¼ 杯

['rædɪʃiz] , ['θɪnli] [slaɪst] ¼ [kʌp]

Radishes	**,**	**thinly**	**sliced**	**¼**	**cup**
萝卜	,	薄薄的	切片	¼	杯子

萝卜，切成薄片，1/4 杯

['sæləd] [gri:nz] [sɪks] [li:vz]

Salad	**greens**	**6**	**leaves**
沙拉	青菜	6	树叶

沙拉蔬菜 6 片

[mɪks] ['fleɪvər] [ænd; ənd] [ˌʌn'fleɪvərd] ['dʒelətɪn] .

Mix	**flavored**	**and**	**unflavored**	**gelatin**	**.**
混合	调味	和	无味	明胶	.

将有味明胶和无味明胶混合。

[dɪ'zɑ:lv] [ɪn] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔ:tər] .

Dissolve	**in**	**boiling**	**water**	**.**
溶解	在	沸腾	水	.

溶于沸水中。

[ˌeɪ di: 'di:][koʊld]['wɔ:tər] , ['ʌnjən] , [ænd; ənd][sɔ:lt] .

Add	**cold**	**water**	**,**	**onion**	**,**	**and**	**salt**	**.**
添加	寒冷的	水	,	洋葱	,	和	盐	.

加入冷水、洋葱和盐。

[tʃɪl] [ɪn][rɪ'frɪdʒəreɪtər][ʌn'tɪl]['mɪkstʃər][bɪ'gɪnz][tu:; tə] ['θɪkən] .

Chill	**in**	**refrigerator**	**until**	**mixture**	**begins**	**to**	**thicken**	**.**
寒意	在	冰箱	直到	混合物	开始	到	加厚	.

放入冰箱冷藏至混合物开始变稠。

['dʒentli][stɜ:r][ɪn] [gri:n] ['pepər] , ['kærəts] , ['seləri] , [ænd; ənd] ['rædɪʃiz] .

Gently	**stir**	**in**	**green**	**pepper**	**,**	**carrots**	**,**	**celery**	**,**	**and**	**radishes**	**.**
轻轻地	搅拌	在	绿色的	胡椒	,	胡萝卜	,	芹菜	,	和	萝卜	.

轻轻拌入青椒、胡萝卜、芹菜和萝卜。

[pɔ:r] ['ɪntu:][ə; eɪ][wʌn] - [kwɔ:rt][moʊld][ɔ:r][sɪks][ˌɪndɪ'vɪdʒuəl][moʊldz] .

Pour	**into**	**a**	**1**	**-**	**quart**	**mold**	**or**	**six**	**individual**	**molds**	**.**
倒	进入	一个	1	-	夸脱	模具	或者	六	个人	模具	.

倒入一个 1 夸脱的模具或六个单独的模具中。

[tʃɪl] [ʌn'tɪl] [set] .
Chill **until** **set** **.**
寒意 直到 放 .

冷藏至凝固。

[ʌn'moʊld] [ɑːn] ['sæləd] [griːnz] .
Unmold **on** **salad** **greens** **.**
脱模 在 沙拉 青菜 .

脱模后放在沙拉菜上。

['lʌntʃən] ['ʃɛfs] ['sæləd]
Luncheon **chef's** **salad**
午餐 厨师的 沙拉

午餐厨师沙拉

[sɪks] ['sɝːvɪŋz] , [ə'baʊt] [θriː] [kʌps] [iːtʃ] [wɪ'ðaʊt] ['dresɪŋ]
6 **servings** **,** **about** **3** **cups** **each** **without** **dressing**
6 份量 , 关于 3 杯子 每个 没有 敷料

6人份，每份约3杯（不含酱汁）

[hed] ['letɪs] [wʌn] ['miːdiəm]
Head **lettuce** **1** **medium**
头 莴苣 1 中等的

一颗中等大小的生菜

['rædɪʃiz] , ['θɪnli] [slaɪst] [eɪt]
Radishes **,** **thinly** **sliced** **8**
萝卜 , 薄薄的 切片 8

萝卜，切成薄片 8

[griːn] ['ʌnjənz] , ['θɪnli] [slaɪst] [fɔːr]
Green **onions** **,** **thinly** **sliced** **4**
绿色的 洋葱 , 薄薄的 切片 4

4根葱，切成薄片

[tə'meɪtoʊz] , [kʌt] [ɪn] [eɪtθs] [θriː] [lɑːrdʒ]
Tomatoes **,** **cut** **in** **eighths** **3** **large**
西红柿 , 切 在 八分之一 3 大的

西红柿，切成八瓣，3个大西红柿

[hæm] , [kʊkt] , [daɪst] [ˌtuː'tuː] [kʌps]
Ham **,** **cooked** **,** **diced** **2** **cups**
火腿 , 煮熟 , 切丁 2 杯子

熟火腿丁 2 杯

[swɪs] [tʃiːz] , ['kɔːrsli] ['ʃrɛdəd, 'ʃrɛdɪd] 1½ [kʌps] (['sɛvən] ['aʊnsɪz])
Swiss **cheese** **,** **coarsely** **shredded** **1½** **cups** **(** **7** **ounces** **)**
瑞士 奶酪 , 粗略地 碎 1½ 杯子 (7 盎司)

瑞士奶酪，粗切丝 1½ 杯（7 盎司）

['kruːtɔnz] 1⅓ [kʌps]
Croutons **1⅓** **cups**
烤面包丁 1⅓ 杯子

面包丁 1⅓ 杯

['sæləd] ['dresɪŋ] [æz; əz] [dɪ'zaɪrd]
Salad **dressing** **As** **desired**
沙拉 敷料 作为 想要的

沙拉酱：适量

[wɑːʃ] [ænd; ənd] [dreɪn] ['letɪs] .
Wash **and** **drain** **lettuce** **.**
洗 和 流走 莴苣 .

将生菜洗净沥干。

[rɪˈzɜːrv] [ˈaʊtər] [liːvz] ; [ter; tɪ(ə)r] [rɪˈmeɪnɪŋ] [ˈletɪs] [ˈɪntuː][baɪt] - [saɪz] [ˈpiːsɪz] .

Reserve	**outer**	**leaves**	**;**	**tear**	**remaining**	**lettuce**	**into**	**bite**	**-**	**size**	**pieces**	**.**
预订	外	树叶	;	撕	其余的	莴苣	进入	咬	-	尺寸	件	.

保留外层叶子；将剩余的生菜撕成一口大小的块。

[tɔːs] [ˈletɪs] [ˈpiːsɪz] [ˈlaɪtli] [wɪð; wɪθ] [ˈrædɪʃiz] [ænd; ənd] [ˈʌnjənz] .

Toss	**lettuce**	**pieces**	**lightly**	**with**	**radishes**	**and**	**onions**	**.**
折腾	莴苣	件	轻轻	和	萝卜	和	洋葱	.

将生菜丁与萝卜和洋葱轻轻拌匀。

[laɪn] [ˌɪndɪˈvɪdʒuəl][ˈsæləd] [boʊlz] [wɪð; wɪθ] [ˈletɪs] [liːvz] .

Line	**individual**	**salad**	**bowls**	**with**	**lettuce**	**leaves**	**.**
线	个人	沙拉	碗	和	莴苣	树叶	.

在沙拉碗内铺上生菜叶。

[fɔːr; fər] [iːtʃ] [ˈsæləd][juːz][ˌtuːˈtuː] [kʌps] [ˈletɪs] [ˈmɪkstʃər][ænd; ənd][tɑːp][wɪð; wɪθ] [fɔːr] [təˈmeɪtoʊ] [wedʒz]

For	**each**	**salad**	**use**	**2**	**cups**	**lettuce**	**mixture**	**and**	**top**	**with**	**four**	**tomato**	**wedges**
为了	每个	沙拉	使用	2	杯子	莴苣	混合物	和	顶部	和	四	番茄	楔形

,

,

,

每份沙拉使用2杯混合生菜，并在上面放上4瓣番茄。

⅓ [kʌp][hæm] , [ænd; ənd] ¼ [kʌp] [tʃiːz] .

⅓	**cup**	**ham**	**,**	**and**	**¼**	**cup**	**cheese**	**.**
⅓	杯子	火腿	,	和	¼	杯子	奶酪	.

⅓ 杯火腿，¼ 杯奶酪。

[tɑːp][wɪð; wɪθ] [ˈkruːtɔnz] .

Top	**with**	**croutons**	**.**
顶部	和	烤面包丁	.

撒上烤面包丁。

[sɜːrv] [wɪð; wɪθ][ˈsæləd] [ˈdresɪŋ] [ʌv; əv][jʊr; jər] [tʃɔɪs] .

Serve	**with**	**salad**	**dressing**	**of**	**your**	**choice**	**.**
服务	和	沙拉	敷料	的	你的	选择	.

搭配你喜欢的沙拉酱食用。

[ˈdʒelid] [ˈsɪtrəs] - [ˌævəˈkɑːdoʊ][ˈsæləd]

Jellied	**citrus**	**-**	**avocado**	**salad**
果冻	柑橘	-	牛油果	沙拉

柑橘牛油果冻沙拉

[sɪks] [ˈsɜ˞ːvɪŋz] , ¾ [kʌp] [iːtʃ]

6	**servings**	**,**	**¾**	**cup**	**each**
6	份量	,	¾	杯子	每个

份，每份 ¾ 杯

[ˈlemən] - [ˈfleɪvər] [ˈdʒelətɪn][θriː] - [aʊns] [ˈpækɪdʒ]

Lemon	**-**	**flavored**	**gelatin**	**3**	**-**	**ounce**	**package**
柠檬	-	调味	明胶	3	-	盎司	包裹

柠檬味明胶，3盎司包装

[ˈbɔɪlɪŋ] [ˈwɔːtər] 1½ [kʌps]

Boiling	**water**	**1½**	**cups**
沸腾	水	1½	杯子

沸水 1.5 杯

[ˈgreɪpfruːt] [dʒuːs] ½ [kʌp]

Grapefruit	**juice**	**½**	**cup**
柚子	汁	½	杯子

葡萄柚汁 ½ 杯

[sɔːlt] ¼ ['tiːspuːn]
Salt ¼ teaspoon
盐 ¼ 茶匙

盐 ¼ 茶匙

['greɪpfruːt] ['sekʃnz] , [daɪst] ½ [kʌp]
Grapefruit sections , diced ½ cup
柚子 部分 , 切丁 ½ 杯子

西柚瓣，切丁 ½ 杯

['ɔrɪndʒ] ['sekʃnz] , [daɪst] ½ [kʌp]
Orange sections , diced ½ cup
橙子 部分 , 切丁 ½ 杯子

橙子瓣，切丁 ½ 杯

[ˌævə'kɑːdoʊ] , [daɪst] 1½ [kʌps]
Avocado , diced 1½ cups
牛油果 , 切丁 1½ 杯子

牛油果丁 1.5 杯

['sæləd] [griːnz] [sɪks] [liːvz]
Salad greens 6 leaves
沙拉 青菜 6 树叶

沙拉蔬菜 6 片

[dɪ'zɑːlv] ['dʒelətɪn][ɪn] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtər] .
Dissolve gelatin in boiling water .
溶解 明胶 在 沸腾 水 .

将明胶溶于沸水中。

[ˌeɪ diː 'diː] ['greɪpfruːt] [dʒuːs][ænd; ənd][sɔːlt] . -
Add grapefruit juice and salt . 19
添加 柚子 汁 和 盐 . -

加入西柚汁和盐。19

[tʃɪl] [ʌn'tɪl] ['mɪkstʃər] [bɪ'gɪnz] [tuː; tə] ['θɪkən] ; [ˌeɪ diː 'diː] [fruːts] .
Chill until mixture begins to thicken ; add fruits .
寒意 直到 混合物 开始 到 加厚 ; 添加 水果 .

冷藏至混合物开始变稠；加入水果。

[pɔːr] ['ɪntuː][ˌɪndɪ'vɪdʒuəl][moʊldz] .
Pour into individual molds .
倒 进入 个人 模具 .

倒入各个模具中。

[tʃɪl] [ʌn'tɪl] [set] .
Chill until set .
寒意 直到 放 .

冷藏至凝固。

[ʌn'moʊld][ɑːn]['sæləd] [griːnz] .
Unmold on salad greens .
脱模 在 沙拉 青菜 .

脱模后放在沙拉菜上。

['brɛdz]
Breads
面包

面包

[waɪt] [bred]
White bread
白色的 面包

白面包

[ˌtuːˈtuː] [loʊvz] , - ['slaɪsɪz] [iːtʃ]
2 loaves , 18 slices each
2 面包 , - 切片 每个

2个面包，每个面包18片

['flaʊər] , ['ʌn'siftid] [ə'baʊt] 5½ [kʌps]
Flour , unsifted About 5½ cups
面粉 , 未经筛选的 关于 5½ 杯子

未过筛面粉约5.5杯

['ʃʊgər] [θriː] ['teɪbəlˌspuːnz]
Sugar 3 tablespoons
糖 3 汤匙

糖 3 汤匙

[sɔːlt][ˌtuːˈtuː] ['tiːspuːn]
Salt 2 teaspoons
盐 2 茶匙

盐 2 茶匙

[jiːst] , ['æktɪv] [draɪ][ˌtuːˈtuː]['pækədʒəz, 'pækɪdʒɪz]
Yeast , active dry 2 packages
酵母 , 积极的 干燥 2 包裹

活性干酵母 2 包

[mɪlk][ˌtuːˈtuː][kʌps]
Milk 2 cups
牛奶 2 杯子

牛奶 2 杯

['ʃɔːrtnɪŋ] ¼ [kʌp]
Shortening ¼ cup
缩短 ¼ 杯子

起酥油 ¼ 杯

['ʃɔːrtnɪŋ] , [meltid] , [ɔːr][ɔɪl][wʌn] ['teɪblspuːn]
Shortening , melted , or oil 1 tablespoon
缩短 , 融化 , 或者 油 1 汤匙

起酥油（融化的）或食用油 1 汤匙

[mɪks][ˌtuːˈtuː][kʌps][ʌv; əv]['flaʊər][wɪð; wɪθ]['ʃʊgər] , [sɔːlt] , [ænd; ənd] [jiːst] .
Mix 2 cups of flour with sugar , salt , and yeast .
混合 2 杯子 的 面粉 和 糖 , 盐 , 和 酵母 .

将 2 杯面粉与糖、盐和酵母混合。

[hiːt] [mɪlk][ænd; ənd] ¼ [kʌp] ['ʃɔːrtnɪŋ] [təˈgeðər] [ʌnˈtɪl] ['veri] [wɔːrm] (120°F . [tuː; tə] 130°F .) .
Heat milk and ¼ cup shortening together until very warm (120°F . to 130°F .) .
热 牛奶 和 ¼ 杯子 缩短 一起 直到 非常 温暖的 (120°F . 到 130°F .) .

将牛奶和 1/4 杯起酥油一起加热至非常温热（120°F 至 130°F）。

['ʃɔːrtnɪŋ] [dʌz] [nɑːt] [niːd] [tuː; tə][melt] .
Shortening does not need to melt .
缩短 做 不是 需要 到 熔化 .

起酥油不需要融化。

['grædʒuəli][stɜːr][mɪlk]['mɪkstʃər]['ɪntuː]['flaʊər]['mɪkstʃər] .
Gradually stir milk mixture into flour mixture .
逐步地 搅拌 牛奶 混合物 进入 面粉 混合物 .

将牛奶混合物逐渐搅拌到面粉混合物中。

[ˌeɪ diː 'diː][wʌn] [mɔːr] [kʌp]['flaʊər] .
Add 1 more cup flour .
添加 1 更多的 杯子 面粉 .

再加一杯面粉。

[biːt] [ˌtuːˈtuː] [ˈmɪnɪts] [æt; ət] [haɪ] [spiːd] [ɑːn] [ɪˈlektrɪk] [ˈmɪksər] .

Beat	**2**	**minutes**	**at**	**high**	**speed**	**on**	**electric**	**mixer**	**.**
打	2	分钟	在	高的	速度	在	电的	混合器	.

用电动搅拌器高速搅拌2分钟。

[mɪks][ɪn] [ɪˈnʌf] [ʌv; əv][ðə; ði] [rɪˈmeɪnɪŋ] [ˈflaʊər][tuː; tə] [meɪk] [ə; eɪ][sɔːft] [doʊ] [ðæt] [liːvz] [ðə; ði]

Mix	**in**	**enough**	**of**	**the**	**remaining**	**flour**	**to**	**make**	**a**	**soft**	**dough**	**that**	**leaves**	**the**
混合	在	足够的	的	这	其余的	面粉	到	制作	一个	柔软的	面团	那	树叶	这

[saɪd][ʌv; əv][ðə; ði] [boʊl] .

side	**of**	**the**	**bowl**	**.**
边	的	这	碗	.

加入剩余的面粉，揉成柔软的面团，面团能从碗壁上脱离。

[niːd] [ɑːn][ə; eɪ] [ˈlaɪtli] [ˈflaʊərd] [ˈsɜːrfɪs] [ʌnˈtɪl] [doʊ] [ɪz] [smuːð] [ænd; ənd][ɪˈlæstɪk] , [əˈbaʊt] -

Knead	**on**	**a**	**lightly**	**floured**	**surface**	**until**	**dough**	**is**	**smooth**	**and**	**elastic**	**,**	**about**	**10**
揉	在	一个	轻轻	撒了面粉	表面	直到	面团	是	光滑的	和	松紧带	,	关于	-

[ˈmɪnɪts] .

minutes	**.**
分钟	.

在撒了少许面粉的案板上揉面，直到面团光滑有弹性，大约需要 10 分钟。

[ˈkʌvər] [wɪð; wɪθ][ˈplæstɪk] [ræp] , [ðen] [ə; eɪ] [kliːn] [ˈtaʊəl] .

Cover	**with**	**plastic**	**wrap**	**,**	**then**	**a**	**clean**	**towel**	**.**
覆盖	和	塑料	裹	,	然后	一个	干净的	毛巾	.

先用保鲜膜盖住，再盖上一条干净的毛巾。

[let] [rest] - [ˈmɪnɪts] .

Let	**rest**	**20**	**minutes**	**.**
让	休息	-	分钟	.

静置20分钟。

[griːs] [tuː] [loʊf][pænz] , [naɪn] - [baɪ][faɪv] - [baɪ][θriː] [ɪntʃɪz] .

Grease	**two**	**loaf**	**pans**	**,**	**9**	**-**	**by**	**5**	**-**	**by**	**3**	**inches**	**.**
润滑脂	二	面包	平底锅	,	9	-	经过	5	-	经过	3	英寸	.

在两个 9 英寸 x 5 英寸 x 3 英寸的面包模具中涂上油脂。

[dɪˈvaɪd] [doʊ] [ɪn][hæf] .

Divide	**dough**	**in**	**half**	**.**
划分	面团	在	一半	.

将面团分成两半。

[ʃeɪp] [ˈɪntuː] [loʊvz] .

Shape	**into**	**loaves**	**.**
形状	进入	面包	.

整形成面包状。

[pleɪs] [ɪn][loʊf][pænz] .

Place	**in**	**loaf**	**pans**	**.**
地方	在	面包	平底锅	.

放入面包模具中。

[brʌʃ] [tɑːps][wɪð; wɪθ][wʌn] [ˈteɪblspuːn] [fæt] .

Brush	**tops**	**with**	**1**	**tablespoon**	**fat**	**.**
刷子	最高额	和	1	汤匙	胖的	.

在顶部刷上1汤匙油脂。

[ˈkʌvər] [wɪð; wɪθ][ˈplæstɪk] [ræp] .

Cover	**with**	**plastic**	**wrap**	**.**
覆盖	和	塑料	裹	.

用保鲜膜盖住。

[rɪˈfrɪdʒəreɪt] [ˌtuːˈtuː][tuː; tə] - [ˈaʊərz] .
Refrigerate **2** **to** **24** **hours** **.**
冷藏 2 到 - 小时 .

冷藏2至24小时。

[rɪˈmuːv] [frʌm; frəm][rɪˈfrɪdʒəreɪtər] .
Remove **from** **refrigerator** **.**
消除 从 冰箱 .

从冰箱取出。

[ˈpʌŋktʃər] [ˈdʒentli][ˈeni] [er] [ˈbʌblz] [ɑːn] [ˈsɜːrfɪs] [wɪð; wɪθ] [ˈtuːθpɪk] [ɔːr] [keɪk] [ˈtestər] .
Puncture **gently** **any** **air** **bubbles** **on** **surface** **with** **toothpick** **or** **cake** **tester** **.**
穿刺 轻轻地 任何 空气 气泡 在 表面 和 牙签 或者 蛋糕 测试员 .

用牙签或蛋糕测试针轻轻刺破表面的气泡。

[let] [rest] - [ˈmɪnɪts] [bɪˈfɔːr] [ˈbeɪkɪŋ] .
Let **rest** **10** **minutes** **before** **baking** **.**
让 休息 - 分钟 前 烘烤 .

烘烤前静置10分钟。

[ˌpriːˈhiːt] [ˈʌv(ə)n][tuː; tə] 375°F .
Preheat **oven** **to** **375°F** **.**
预热 烤箱 到 375°F .

将烤箱预热至375°F。

([ˈmɑːdərət]) .
(**moderate** **)** **.**
(缓和) .

(缓和)。

[beɪk] - [ˈmɪnɪts] [ɔːr][ʌnˈtɪl] [dʌn] .
Bake **40** **minutes** **or** **until** **done** **.**
烤 - 分钟 或者 直到 完毕 .

烤40分钟或直至烤熟。

[rɪˈmuːv] [bred] [frʌm; frəm][pænz] .
Remove **bread** **from** **pans** **.**
消除 面包 从 平底锅 .

将面包从烤盘中取出。

[kuːl] [ɑːn] [ræks] .
Cool **on** **racks** **.**
凉爽的 在 货架 .

放在架子上冷却。

[skwɑːʃ] [bred]
Squash **bread**
壁球 面包

南瓜面包

[wʌn][loʊf] , - [ˈslaɪsɪz]
1 **loaf** **,** **18** **slices**
1 面包 , - 切片

1个面包，18片

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

选自萨米阿姨的广播食谱和美国(Selections from Aunt Sammy's Radio Recipes)

['flaʊər] , ['ʌn'siftid] 1½ [kʌps]
Flour , **unsifted** **1½** **cups**
面粉 , 未经筛选的 1½ 杯子

未过筛面粉 1.5 杯

['sɪnəmən] [ˌtuːˈtuː] ['tiːspuːn]
Cinnamon **2** **teaspoons**
肉桂 2 茶匙

肉桂粉 2 茶匙

['beɪkɪŋ] ['paʊdər] [wʌn] ['tiːspuːn]
Baking **powder** **1** **teaspoon**
烘烤 粉末 1 茶匙

泡打粉 1 茶匙

['beɪkɪŋ] ['soʊdə] ½ ['tiːspuːn]
Baking **soda** **½** **teaspoon**
烘烤 苏打 ½ 茶匙

小苏打 ½ 茶匙

[sɔːlt] ¼ ['tiːspuːn]
Salt **¼** **teaspoon**
盐 ¼ 茶匙

盐 ¼ 茶匙

[egz] [ˌtuːˈtuː]
Eggs **2**
鸡蛋 2

鸡蛋 2

['ʃʊgər] ¾ [kʌp]
Sugar **¾** **cup**
糖 ¾ 杯子

糖 ¾ 杯

[ɔɪl] ½ [kʌp]
Oil **½** **cup**
油 ½ 杯子

油 ½ 杯

[və'nɪlə] [ˌtuːˈtuː] ['tiːspuːn]
Vanilla **2** **teaspoons**
香草 2 茶匙

香草精 2 茶匙

[zuˈkiːni] [ɔːr] ['jeloʊ] ['sʌmər] [skwɑːʃ] , ['kɔːrsli] ['ʃrɛdəd, 'ʃrɛdɪd] , ['laɪtli] [pækt] 1⅓ [kʌps]
Zucchini **or** **yellow** **summer** **squash** **,** **coarsely** **shredded** **,** **lightly** **packed** **1⅓** **cups**
西葫芦 或者 黄色的 夏天 壁球 , 粗略地 碎 , 轻轻 包装 1⅓ 杯子

西葫芦或黄南瓜，粗切丝，轻轻压实 1⅓ 杯

[ˌpriːˈhiːt] ['ʌv(ə)n][tuː; tə] 350°F .
Preheat **oven** **to** **350°F** **.**
预热 烤箱 到 350°F .

将烤箱预热至350°F。

(['mɑːdərət]) .
(moderate) .
(缓和) .

（缓和）。

[griːs] [ə; eɪ][naɪn] - [baɪ][faɪv] - [baɪ][θriː] - [ɪntʃ] [loʊf][pæn] .
Grease a 9 - by 5 - by 3 - inch loaf pan .
润滑脂 一个 9 - 经过 5 - 经过 3 - 英寸 面包 平底锅 .

在一个9英寸×5英寸×3英寸的面包模具中涂抹油脂。

[mɪks][draɪ] [ɪn'griːdiənts] , [ɪk'sept] ['ʃʊgər] , ['θɜːrəli] .
Mix dry ingredients , except sugar , thoroughly .
混合 干燥 原料 , 除了 糖 , 彻底 .

除糖以外，所有干性材料充分混合。

[biːt] [egz] [ʌn'tɪl] ['frɔːθi] .
Beat eggs until frothy .
打 鸡蛋 直到 泡沫状的 .

把鸡蛋打至起泡。

[ˌeɪ diː 'diː] ['ʃʊgər] , [ɔɪl] , [ænd; ənd] [və'nɪlə] .
Add sugar , oil , and vanilla .
添加 糖 , 油 , 和 香草 .

加入糖、油和香草精。

[biːt] [ʌn'tɪl] ['lemən] ['kʌlərd] , [ə'baʊt][θriː] ['mɪnɪts] .
Beat until lemon colored , about 3 minutes .
打 直到 柠檬 有色 , 关于 3 分钟 .

搅拌至柠檬色，约3分钟。

[stɜːr][ɪn] [skwɑːʃ] .
Stir in squash .
搅拌 在 壁球 .

拌入南瓜。

[ˌeɪ diː 'diː][draɪ] [ɪn'griːdiənts] .
Add dry ingredients .
添加 干燥 原料 .

加入干料。

[mɪks][dʒʌst][ʌn'tɪl][draɪ] [ɪn'griːdiənts] [ɑːr; ər] ['mɔɪsnd] .
Mix just until dry ingredients are moistened .
混合 只是 直到 干燥 原料 是 湿润 .

搅拌至干料湿润即可。

[pɔːr] ['ɪntuː][loʊf][pæn] .
Pour into loaf pan .
倒 进入 面包 平底锅 .

倒入面包模具。

[beɪk] - ['mɪnɪts] [ɔːr][ʌn'tɪl] ['tuːθpɪk] [ɪn'səːtid][ɪn]['sentər][ʌv; əv][loʊf] [kʌmz] [aʊt] [kliːn] .
Bake 40 minutes or until toothpick inserted in center of loaf comes out clean .
烤 - 分钟 或者 直到 牙签 插入 在 中心 的 面包 来 出去 干净的 .

烘烤 40 分钟或直至插入面包中心的牙签取出时干净为止。

[kuːl] [ɑːn] [ræk] .
Cool on rack .
凉爽的 在 架子 .

放在架子上冷却。

[rɪ'muːv] [frʌm; frəm][pæn]['æftər] - ['mɪnɪts] . -
Remove from pan after 10 minutes . 20
消除 从 平底锅 后 - 分钟 . -

10分钟后从锅中取出。20

['mʌfɪn]
Muffins
松饼

松饼

- ['miːdiəm] - [saɪz] ['mʌfɪn]
12 medium - size muffins
- 中等的 - 尺寸 松饼

12个中等大小的松饼

['flaʊər] , ['ʌn'siftid] [ˌtuː'tuː] [kʌps]
Flour , unsifted 2 cups
面粉 , 未经筛选的 2 杯子

未过筛面粉 2 杯

['beɪkɪŋ] ['paʊdər] [wʌn] ['teɪblspuːn]
Baking powder 1 tablespoon
烘烤 粉末 1 汤匙

泡打粉 1 汤匙

['ʃʊgər] ⅓ [kʌp]
Sugar ⅓ cup
糖 ⅓ 杯子

糖 ⅓ 杯

[sɔːlt][wʌn] ['tiːspuːn]
Salt 1 teaspoon
盐 1 茶匙

盐 1 茶匙

[eg] , ['slaɪtli] ['biːtn] [wʌn]
Egg , slightly beaten 1
蛋 , 轻微地 被打败 1

鸡蛋，略微打散 1 个

[mɪlk][wʌn][kʌp]
Milk 1 cup
牛奶 1 杯子

牛奶 1 杯

['ʃɔːrtnɪŋ] , [meltid] , [ɔːr][ɔɪl] ⅓ [kʌp]
Shortening , melted , or oil ⅓ cup
缩短 , 融化 , 或者 油 ⅓ 杯子

起酥油（融化的）或食用油 ⅓ 杯

[ˌpriː'hiːt] ['ʌv(ə)n][tuː; tə] 400°F .
Preheat oven to 400°F .
预热 烤箱 到 400°F .

将烤箱预热至华氏400度。

([hɑːt]) .
(hot) .
(热的) .

(热的)。

[griːs] ['mʌfɪn] [tɪnz] .
Grease muffin tins .
润滑脂 松饼 罐头 .

在松饼模具上涂油。

[mɪks]['flaʊər] , ['beɪkɪŋ] ['paʊdər] , ['ʃʊgər] , [ænd; ənd][sɔːlt] ['θɜːrəli] .
Mix flour , baking powder , sugar , and salt thoroughly .
混合 面粉 , 烘烤 粉末 , 糖 , 和 盐 彻底 .

面粉、泡打粉、糖和盐充分混合。

[mɪks] [eg] [ænd; ənd] [mɪlk] ; [ˌeɪ diː ˈdiː] [fæt] .

Mix	**egg**	**and**	**milk**	**;**	**add**	**fat**	**.**
混合	蛋	和	牛奶	;	添加	胖的	.

将鸡蛋和牛奶混合；加入油脂。

[pɔːr] [mɪlk] [ˈmɪkstʃər] [ˈɪntuː] [ˈflaʊər] [ˈmɪkstʃər] .

Pour	**milk**	**mixture**	**into**	**flour**	**mixture**	**.**
倒	牛奶	混合物	进入	面粉	混合物	.

将牛奶混合物倒入面粉混合物中。

[stɜːr] [ʌnˈtɪl] [draɪ] [ɪnˈgriːdiənts] [ɑːr; ər] ['berli] ['mɔɪsnd] .

Stir	**until**	**dry**	**ingredients**	**are**	**barely**	**moistened**	**.**
搅拌	直到	干燥	原料	是	仅仅	湿润	.

搅拌至干料略微湿润即可。

[duː] [nɑːt] [əʊvəˈmɪks] .

Do	**not**	**overmix**	**.**
做	不是	过度混合	.

不要过度搅拌。

['bætər] [wɪl] [biː; bi] ['lʌmpi] .

Batter	**will**	**be**	**lumpy**	**.**
连击	将要	是	凹凸不平	.

面糊会结块。

[fɪl] ['mʌfɪn] [tɪnz] [hæf] [fʊl] [ʌv; əv] ['bætər] .

Fill	**muffin**	**tins**	**half**	**full**	**of**	**batter**	**.**
充满	松饼	罐头	一半	满的	的	连击	.

将面糊倒入松饼模具，装至一半满。

[beɪk] - [tuː; tə] - ['mɪnɪts] [ʌn'tɪl] ['laɪtli] [braʊn] .

Bake	**20**	**to**	**25**	**minutes**	**until**	**lightly**	**browned**	**.**
烤	-	到	-	分钟	直到	轻轻	棕色	.

烘烤20至25分钟，直至表面呈浅棕色。

['kɔːrnbred]

Cornbread
玉米面包

玉米面包

[sɪks] ['sɜ˞ːvɪŋz] , [fɔːr] [baɪ] 2½ [ɪntʃɪz] [iːtʃ]

6	**servings**	**,**	**4**	**by**	**2½**	**inches**	**each**
6	份量	,	4	经过	2½	英寸	每个

份，每份 4 英寸 x 2½ 英寸。

['jeloʊ] ['kɔːrnmiːl] [wʌn] [kʌp]

Yellow	**cornmeal**	**1**	**cup**
黄色的	玉米粉	1	杯子

黄玉米粉 1 杯

['flaʊər] , ['ʌn'siftid] [wʌn] [kʌp]

Flour	**,**	**unsifted**	**1**	**cup**
面粉	,	未经筛选的	1	杯子

未过筛面粉 1 杯

['beɪkɪŋ] ['paʊdər] [fɔːr] ['tiːspuːn]

Baking	**powder**	**4**	**teaspoons**
烘烤	粉末	4	茶匙

泡打粉 4 茶匙

['ʃʊgər] ¼ [kʌp]

Sugar	**¼**	**cup**
糖	¼	杯子

糖 ¼ 杯

[sɔ:lt] ½ ['ti:spu:n]
Salt ½ teaspoon
盐 ½ 茶匙

盐 ½ 茶匙

[mɪlk] [wʌn] [kʌp]
Milk 1 cup
牛奶 1 杯子

牛奶 1 杯

[eg] , ['bi:tn] [wʌn]
Egg , beaten 1
蛋 , 被打败 1

鸡蛋，打散 1

['ʃɔ:rtnɪŋ] , [meltid] [ɔ:r] [ɔɪl] [ˌtu:'tu:] ['teɪbəlˌspu:nz]
Shortening , melted or oil 2 tablespoons
缩短 , 融化 或者 油 2 汤匙

起酥油（融化）或食用油 2 汤匙

[ˌpri:'hi:t] ['ʌv(ə)n] [tu:; tə] 400°F .
Preheat oven to 400°F .
预热 烤箱 到 400°F .

将烤箱预热至华氏400度。

([hɑ:t]) .
(hot) .
(热的) .

（热的）。

[gri:s] [æn; ən] [eɪt] - [baɪ] [eɪt] - [baɪ] [ˌtu:'tu:] - [ɪntʃ] ['beɪkɪŋ] [pæn] .
Grease an 8 - by 8 - by 2 - inch baking pan .
润滑脂 一个 8 - 经过 8 - 经过 2 - 英寸 烘烤 平底锅 .

在一个 8 英寸 x 8 英寸 x 2 英寸的烤盘上涂油。

[mɪks] [draɪ] [ɪn'gri:diənts] ['θɜ:rəli] .
Mix dry ingredients thoroughly .
混合 干燥 原料 彻底 .

将所有干性材料充分混合。

[mɪks] [mɪlk] [ænd; ənd] [eg] ; [stɜ:r] [ɪn] [fæt] .
Mix milk and egg ; stir in fat .
混合 牛奶 和 蛋 ; 搅拌 在 胖的 .

将牛奶和鸡蛋混合；拌入油脂。

[ˌeɪ di: 'di:] ['lɪkwɪd] [tu:; tə] [draɪ] [ɪn'gri:diənts] ; [stɜ:r] ['oʊnli] [ɪ'nʌf] [tu:; tə] [mɪks] .
Add liquid to dry ingredients ; stir only enough to mix .
添加 液体 到 干燥 原料 ; 搅拌 仅有的 足够的 到 混合 .

将液体加入干料中；搅拌至混合均匀即可。

[pɔ:r] ['bætər] ['ɪntu:] [pæn] .
Pour batter into pan .
倒 连击 进入 平底锅 .

将面糊倒入锅中。

[beɪk] - [tu:; tə] - ['mɪnɪts] , [ɔ:r] [ʌn'tɪl] ['laɪtli] [braʊn] .
Bake 20 to 25 minutes , or until lightly browned .
烤 - 到 - 分钟 , 或者 直到 轻轻 棕色 .

烘烤 20 至 25 分钟，或直至表面呈浅棕色。

[bə'nænə] [bred]
Banana bread
香蕉 面包

香蕉面包

[wʌn][loʊf] , - ['slaɪsɪz]
1 loaf , 18 slices
1 面包 , - 切片

1个面包，18片

['flaʊər] , ['ʌn'siftid] 1¾ [kʌps]
Flour , unsifted 1¾ cups
面粉 , 未经筛选的 1¾ 杯子

未过筛面粉 1¾ 杯

['beɪkɪŋ] ['paʊdər] [wʌn] ['teɪblspuːn]
Baking powder 1 tablespoon
烘烤 粉末 1 汤匙

泡打粉 1 汤匙

[sɔːlt] ½ ['tiːspuːn]
Salt ½ teaspoon
盐 ½ 茶匙

盐 ½ 茶匙

['ʃʊgər] ¾ [kʌp]
Sugar ¾ cup
糖 ¾ 杯子

糖 ¾ 杯

['ʃɔːrtnɪŋ] ½ [kʌp]
Shortening ½ cup
缩短 ½ 杯子

起酥油 ½ 杯

[egz] [ˌtuː'tuː]
Eggs 2
鸡蛋 2

鸡蛋 2

[bə'nænəz] , [mæʃt] [wʌn][kʌp]
Bananas , mashed 1 cup
香蕉 , 捣碎 1 杯子

香蕉泥 1 杯

[ˌpriː'hiːt] ['ʌv(ə)n][tuː; tə] 350°F .
Preheat oven to 350°F .
预热 烤箱 到 350°F .

将烤箱预热至350°F。

(['mɑːdərət]) .
(moderate) .
(缓和) .

(缓和)。

[griːs] [naɪn] - [baɪ][faɪv] - [baɪ][θriː] - [ɪntʃ] [loʊf][pæn] .
Grease 9 - by 5 - by 3 - inch loaf pan .
润滑脂 9 - 经过 5 - 经过 3 - 英寸 面包 平底锅 .

在9×5×3英寸的面包模具上涂抹油脂。

[mɪks]['flaʊər] , ['beɪkɪŋ] ['paʊdər] , [ænd; ənd][sɔːlt] ['θɜːrəli] .
Mix flour , baking powder , and salt thoroughly .
混合 面粉 , 烘烤 粉末 , 和 盐 彻底 .

面粉、泡打粉和盐充分混合。

[mɪks] ['ʃʊgər] , [fæt] , [ænd; ənd] [egz] [tə'geðər] [ʌn'tɪl] [laɪt] [ænd; ənd] ['flʌfi] .
Mix sugar , fat , and eggs together until light and fluffy .
混合 糖 , 胖的 , 和 鸡蛋 一起 直到 光 和 蓬松的 .

将糖、油脂和鸡蛋混合搅拌至蓬松轻盈。

[stɜːr][ɪn][bəˈnænəz] .
Stir in bananas .
搅拌 在 香蕉 .

拌入香蕉。

[ˌeɪ diː ˈdiː][draɪ] [ɪnˈgriːdiənts] [ænd; ənd][stɜːr][dʒʌst][ʌnˈtɪl] [smuːð] .
Add dry ingredients and stir just until smooth .
添加 干燥 原料 和 搅拌 只是 直到 光滑的 .

加入干料，搅拌至顺滑即可。

[pɔːr] [ˈɪntuː][pæn] .
Pour into pan .
倒 进入 平底锅 .

倒入锅中。

[beɪk] [ʌnˈtɪl][ˈfɜːrmli][set] [wen] [ˈlaɪtli] [tʌtʃt] [ɪn][ˈsentər] , - [tuː; tə] - [ˈmɪnɪts] .
Bake until firmly set when lightly touched in center , 50 to 60 minutes .
烤 直到 牢牢 放 什么时候 轻轻 感动 在 中心 , - 到 - 分钟 .

烘烤至中心轻触时能完全凝固，约需 50 至 60 分钟。

([bred] [meɪ] [kræk] [əˈkrɔːs] [tɑːp] .)
(Bread may crack across top .)
(面包 可能 裂缝 穿过 顶部 .)

（面包顶部可能会裂开。）

[kuːl] [ɑːn] [ræk] .
Cool on rack .
凉爽的 在 架子 .

放在架子上冷却。

[rɪˈmuːv] [frʌm; frəm][pæn][ˈæftər] - [ˈmɪnɪts] .
Remove from pan after 10 minutes .
消除 从 平底锅 后 - 分钟 .

10分钟后从锅中取出。

[dɪˈzɜːrts]
Desserts
甜点

甜点

[ˈsaʊər] [kriːm] [ˈkʊkiz]
Sour cream cookies
酸的 奶油 曲奇饼

酸奶油饼干

[fɔːr][ˈdʌz(ə)n] [ˈkʊkiz]
4 dozen cookies
4 打 曲奇饼

四打饼干

[ˈbʌtər] [ɔːr][ˈmɑːrdʒərən] , [ˈsɔfənd] ½ [kʌp]
Butter or margarine , softened ½ cup
黄油 或者 人造黄油 , 软化 ½ 杯子

软化的黄油或人造黄油 ½ 杯

[ˈʃʊgər] [wʌn] [kʌp]
Sugar 1 cup
糖 1 杯子

糖 1 杯

[egz] , [ˈbiːtn] [ˌtuːˈtuː]
Eggs , beaten 2
鸡蛋 , 被打败 2

打散的鸡蛋 2

[və'nɪlə] [wʌn] ['ti:spu:n]
Vanilla **1** **teaspoon**
香草 1 茶匙

香草精 1 茶匙

['flaʊər] , ['ʌn'siftid] 1¾ [kʌps]
Flour **,** **unsifted** **1¾** **cups**
面粉 , 未经筛选的 1¾ 杯子

未过筛面粉 1¾ 杯

[sɔ:lt] ½ ['ti:spu:n]
Salt **½** **teaspoon**
盐 ½ 茶匙

盐 ½ 茶匙

['beɪkɪŋ] ['soʊdə] ¼ ['ti:spu:n]
Baking **soda** **¼** **teaspoon**
烘烤 苏打 ¼ 茶匙

小苏打 ¼ 茶匙

['nʌtmeg] ½ ['ti:spu:n]
Nutmeg **½** **teaspoon**
肉豆蔻 ½ 茶匙

肉豆蔻 ½ 茶匙

['saʊər] [kri:m] ½ [kʌp]
Sour **cream** **½** **cup**
酸的 奶油 ½ 杯子

酸奶油 ½ 杯

[nʌts] , [tʃɑ:pt] [wʌn] [kʌp]
Nuts **,** **chopped** **1** **cup**
坚果 , 切碎 1 杯子

坚果碎 1 杯

[ˌpri:'hi:t] ['ʌv(ə)n] [tu:; tə] 375°F .
Preheat **oven** **to** **375°F** **.**
预热 烤箱 到 375°F .

将烤箱预热至375°F。

(['mɑ:dərət]) .
(**moderate** **)** **.**
(缓和) .

(缓和)。

[gri:s] ['beɪkɪŋ] [ʃi:ts] . -
Grease **baking** **sheets** **.** **21**
润滑脂 烘烤 纸张 . -

在烤盘上抹油。21

[bi:t] [fæt] [ænd; ənd] ['ʃʊgər] [tə'geðər] [ʌn'tɪl] ['kri:mi] .
Beat **fat** **and** **sugar** **together** **until** **creamy** **.**
打 胖的 和 糖 一起 直到 奶油状 .

用打蛋器将油脂和糖一起搅拌至顺滑。

[bi:t] [ɪn] [egz] [ænd; ənd] [və'nɪlə] .
Beat **in** **eggs** **and** **vanilla** **.**
打 在 鸡蛋 和 香草 .

加入鸡蛋和香草精，搅拌均匀。

[stɜ:r] ['flaʊər] , [sɔ:lt] , ['beɪkɪŋ] ['soʊdə] , [ænd; ənd] ['nʌtmeg] [tə'geðər] .
Stir **flour** **,** **salt** **,** **baking** **soda** **,** **and** **nutmeg** **together** **.**
搅拌 面粉 , 盐 , 烘烤 苏打 , 和 肉豆蔻 一起 .

将面粉、盐、小苏打和肉豆蔻粉搅拌在一起。

[mɪks]['flaʊər]['mɪkstʃər] , ['saʊər] [kriːm] , [ænd; ənd] [nʌts] [wɪð; wɪθ][fæt]['mɪkstʃər] .

Mix	**flour**	**mixture**	**,**	**sour**	**cream**	**,**	**and**	**nuts**	**with**	**fat**	**mixture**	**.**
混合	面粉	混合物	,	酸的	奶油	,	和	坚果	和	胖的	混合物	.

将面粉混合物、酸奶油和坚果与油脂混合物混合。

[drɑːp] [doʊ] [frʌm; frəm][ə; eɪ] ['tiːspuːn] ['ɑːntə] ['beɪkɪŋ] [ʃiːts] ; [speɪs] ['kʊkiz] [ə'baʊt][ˌtuː'tuː] [ɪntʃɪz] [ə'pɑːrt] .

Drop	**dough**	**from**	**a**	**teaspoon**	**onto**	**baking**	**sheets**	**;**	**space**	**cookies**	**about**	**2**	**inches**	**apart**	**.**
降低	面团	从	一个	茶匙	到	烘烤	纸张	;	空间	曲奇饼	关于	2	英寸	除	.

用茶匙将面团舀到烤盘上；饼干之间间隔约 2 英寸。

[beɪk] - [tuː; tə] - ['mɪnɪts] , [ɔːr][ʌn'tɪl] ['laɪtli] [braʊn] [ə'raʊnd] [ðə; ðɪ]['ɛdʒəz, 'ɛdʒɪz] .

Bake	**10**	**to**	**12**	**minutes**	**,**	**or**	**until**	**lightly**	**browned**	**around**	**the**	**edges**	**.**
烤	-	到	-	分钟	,	或者	直到	轻轻	棕色	大约	这	边缘	.

烘烤 10 至 12 分钟，或直至边缘呈浅棕色。

[beɪkt] ['peɪstri] [ʃel]

Baked	**pastry**	**shell**
烘焙	糕点	壳

烤酥皮

[eɪt] - [ɔːr][naɪn] - [ɪntʃ] ['peɪstri] [ʃel] , [sɪks][tuː; tə][eɪt] ['sɜːvɪŋz]

8	**-**	**or**	**9**	**-**	**inch**	**pastry**	**shell**	**,**	**6**	**to**	**8**	**servings**
8	-	或者	9	-	英寸	糕点	壳	,	6	到	8	份量

8或9英寸的酥皮派皮，可供6至8人食用

['flaʊər] , ['ʌn'siftid] [wʌn] [kʌp]

Flour	**,**	**unsifted**	**1**	**cup**
面粉	,	未经筛选的	1	杯子

未过筛面粉 1 杯

[sɔːlt] ½ ['tiːspuːn]

Salt	**½**	**teaspoon**
盐	½	茶匙

盐 ½ 茶匙

['ʃɔːrtnɪŋ] [ɔːr][lɑːrd] ⅓ [kʌp]

Shortening	**or**	**lard**	**⅓**	**cup**
缩短	或者	猪油	⅓	杯子

起酥油或猪油 ⅓ 杯

[koʊld]['wɔːtər] [ə'baʊt] [ˌtuː'tuː] ['teɪbəlˌspuːnz]

Cold	**water**	**About**	**2**	**tablespoons**
寒冷的	水	关于	2	汤匙

冷水，约2汤匙

[ˌpriː'hiːt] ['ʌv(ə)n][tuː; tə] 450°F .

Preheat	**oven**	**to**	**450°F**	**.**
预热	烤箱	到	450°F	.

将烤箱预热至华氏450度。

(['veri] [hɑːt]) .

(	**very**	**hot**	**)**	**.**
(	非常	热的	)	.

（非常热）

[mɪks]['flaʊər][ænd; ənd][sɔːlt] ['θɜːrəli] .

Mix	**flour**	**and**	**salt**	**thoroughly**	**.**
混合	面粉	和	盐	彻底	.

面粉和盐充分混合。

[mɪks][ɪn][fæt]['oʊnli][ʌn'tɪl]['mɪkstʃər][ɪz]['krʌmbli] .

Mix	**in**	**fat**	**only**	**until**	**mixture**	**is**	**crumbly**	**.**
混合	在	胖的	仅有的	直到	混合物	是	易碎的	.

只加入油脂，搅拌至混合物呈碎屑状即可。

[ə; eɪ]['peɪstri]['blendər] , [tuː] ['teɪbl] [naɪvz] , [ɔːr][ə; eɪ][fɔːrk] [meɪ] [biː; bi] [juːst] [fɔːr; fər]['mɪksɪŋ] .

A	**pastry**	**blender**	**,**	**two**	**table**	**knives**	**,**	**or**	**a**	**fork**	**may**	**be**	**used**	**for**	**mixing**	**.**
一个	糕点	混合器	,	二	桌子	刀具	,	或者	一个	叉	可能	是	用过的	为了	混合	.

可以使用糕点搅拌器、两把餐刀或叉子进行搅拌。

[ˌeɪ diː 'diː][ə; eɪ]['lɪt(ə)l]['wɔːtər][æt; ət][ə; eɪ][taɪm] [waɪl] ['mɪksɪŋ] ['laɪtli] .

Add	**a**	**little**	**water**	**at**	**a**	**time**	**while**	**mixing**	**lightly**	**.**
添加	一个	小的	水	在	一个	时间	尽管	混合	轻轻	.

一边轻轻搅拌，一边少量多次地加水。

[doʊ] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi][dʒʌst] [mɔɪst] [ɪ'nʌf] [tuː; tə] [klɪŋ] [tə'geðər] [wen] [prest] .

Dough	**should**	**be**	**just**	**moist**	**enough**	**to**	**cling**	**together**	**when**	**pressed**	**.**
面团	应该	是	只是	潮湿	足够的	到	黏着	一起	什么时候	按下	.

面团的湿润度应该刚好能让它在按压时能粘合在一起。

[fɔːr; fər] ['iziə] ['hændlɪŋ] , ['kʌvər] [doʊ] ['taɪtli] [ænd; ənd][let][stænd][ə; eɪ] [fjuː] ['mɪnɪts] .

For	**easier**	**handling**	**,**	**cover**	**dough**	**tightly**	**and**	**let**	**stand**	**a**	**few**	**minutes**	**.**
为了	更轻松	处理	,	覆盖	面团	紧紧	和	让	站立	一个	很少	分钟	.

为了便于操作，将面团盖紧，静置几分钟。

[ʃeɪp] [doʊ] ['ɪntuː][ə; eɪ][bɔːl] .

Shape	**dough**	**into**	**a**	**ball**	**.**
形状	面团	进入	一个	球	.

把面团揉成球状。

[roʊl] [aʊt] [ɑːn][ə; eɪ] ['laɪtli] ['flaʊərd] ['sɜːrfɪs] [ʌn'tɪl][ðə; ði] [doʊ] [ɪz][æt; ət] [liːst] [æn; ən] [ɪntʃ] ['waɪdər][ɔːl] [ə'raʊnd][ðæn; ðən][ðə; ði]['paɪˌpæn] .

Roll	**out**	**on**	**a**	**lightly**	**floured**	**surface**	**until**	**the**	**dough**	**is**	**at**	**least**	**an**	**inch**	**wider**	**all**	**around**	**than**	**the**	**piepan**	**.**
卷	出去	在	一个	轻轻	撒了面粉	表面	直到	这	面团	是	在	至少	一个	英寸	更广泛	全部	大约	比	这	馅饼盘	.

在撒了少许面粉的案板上擀开面团，直到面团四周比馅饼盘至少宽一英寸。

[foʊld] [doʊ] [ɪn][hæf][fɔːr; fər] ['iziə] ['lɪftɪŋ] [ænd; ənd] ['sentərɪŋ] [ɪn]['paɪˌpæn] .

Fold	**dough**	**in**	**half**	**for**	**easier**	**lifting**	**and**	**centering**	**in**	**piepan**	**.**
折叠	面团	在	一半	为了	更轻松	举重	和	定心	在	馅饼盘	.

将面团对折，以便更容易提起并放置在馅饼盘中央。

[smuːð] ['peɪstri]['ɪntuː] [pleɪs] , ['lɪftɪŋ] ['ɛdʒəz, 'ɛdʒɪz][æz; əz] ['nesəseri] [tuː; tə] [ɪ'lɪmɪneɪt] [er] ['bʌblz] .

Smooth	**pastry**	**into**	**place**	**,**	**lifting**	**edges**	**as**	**necessary**	**to**	**eliminate**	**air**	**bubbles**	**.**
光滑的	糕点	进入	地方	,	举重	边缘	作为	必要的	到	排除	空气	气泡	.

将面皮抹平到位，必要时提起边缘以消除气泡。

[trɪm] [ɔːf] [ɪ'regjələr] ['ɛdʒəz, 'ɛdʒɪz] ['liːvɪŋ] [ə'baʊt][wʌn] - [hæf] [ɪntʃ] [bɪ'jɑːnd] [edʒ] [ʌv; əv][pæn] ;

Trim	**off**	**irregular**	**edges**	**leaving**	**about**	**one**	**-**	**half**	**inch**	**beyond**	**edge**	**of**	**pan**	**;**
修剪	离开	不规律的	边缘	离开	关于	一	-	一半	英寸	超过	边缘	的	平底锅	;

修剪掉不规则的边缘，在锅边留出约半英寸；

[foʊld]['ʌndər][tuː; tə] [edʒ] [ʌv; əv][pæn] .

fold	**under**	**to**	**edge**	**of**	**pan**	**.**
折叠	在下面	到	边缘	的	平底锅	.

将边缘折叠到烤盘下方。

[ʃeɪp] [edʒ] ['ɪntuː][pleɪn][ɔːr]['fænsi][rɪm] , [æz; əz] [dɪ'zaɪrd] .

Shape	**edge**	**into**	**plain**	**or**	**fancy**	**rim**	**,**	**as**	**desired**	**.**
形状	边缘	进入	清楚的	或者	想要	轮缘	,	作为	想要的	.

根据需要，将边缘修整成普通或花式边缘。

[prɪk] ['bɑːtəm] [ænd; ənd] [saɪdz] [wel] [wɪð; wɪθ][ə; eɪ][fɔːrk] [bɪ'fɔːr] ['beɪkɪŋ] .

Prick	**bottom**	**and**	**sides**	**well**	**with**	**a**	**fork**	**before**	**baking**	**.**
刺	底部	和	侧面	出色地	和	一个	叉	前	烘烤	.

烘烤前用叉子在饼底和饼边戳一些小孔。

[beɪk] - [tuː; tə] - ['mɪnɪts] [ʌn'tɪl]['goʊldən] [braʊn] .

Bake	**12**	**to**	**15**	**minutes**	**until**	**golden**	**brown**	**.**
烤	-	到	-	分钟	直到	金的	棕色的	.

烤12至15分钟，直至呈金黄色。

[kuːl] [bɪ'fɔːr] ['fɪlɪŋ] .

Cool	**before**	**filling**	**.**
凉爽的	前	填充	.

冷却后再灌装。

[ˌveəriː'eiʃənz]

VARIATIONS

变体

变体

['peɪstri] [ʃel] [fɪld] [bɪ'fɔːr] ['beɪkɪŋ] . — [duː][nɑːt] [prɪk] [ðə; ðɪ]['peɪstri] .

Pastry	**shell**	**filled**	**before**	**baking**	**.**	**—**	**Do**	**not**	**prick**	**the**	**pastry**	**.**
糕点	壳	已填	前	烘烤	.	—	做	不是	刺	这	糕点	.

烘烤前先将馅料填入酥皮中。——不要在酥皮上戳孔。

[fɪl] [ænd; ənd] [beɪk] [æz; əz][də'rektɪd][ɪn][paɪ] ['fɪlɪŋ] ['resəpi] .

Fill	**and**	**bake**	**as**	**directed**	**in**	**pie**	**filling**	**recipe**	**.**
充满	和	烤	作为	指导	在	馅饼	填充	食谱	.

按照馅饼馅料配方中的说明进行填充和烘烤。

['peɪstri][fɔːr; fər] [tuː] - [krʌst] [paɪ] . — ['dʌb(ə)l] [ðə; ðɪ]['resəpi][fɔːr; fər] [beɪkt] ['peɪstri] [ʃel] .

Pastry	**for**	**two**	**-**	**crust**	**pie**	**.**	**—**	**Double**	**the**	**recipe**	**for**	**baked**	**pastry**	**shell**	**.**
糕点	为了	二	-	地壳	馅饼	.	—	双倍的	这	食谱	为了	烘焙	糕点	壳	.

双层派皮——烤派皮配方用量加倍。

[fɔːrm] [doʊ] ['ɪntuː] [tuː] [bɔːlz] , [wʌn] ['slaɪtli] ['lɑːrdʒər][ðæn; ðən][ðə; ðɪ] ['ʌðər] .

Form	**dough**	**into**	**two**	**balls**	**,**	**one**	**slightly**	**larger**	**than**	**the**	**other**	**.**
形式	面团	进入	二	球	,	一	轻微地	更大的	比	这	其他	.

将面团分成两个球，一个比另一个略大一些。

[roʊl][aʊt]['lɑːrdʒər][bɔːl][ænd; ənd][fɪt]['ɪntuː]['paɪˌpæn] .

Roll	**out**	**larger**	**ball**	**and**	**fit**	**into**	**piepan**	**.**
卷	出去	更大的	球	和	合身	进入	馅饼盘	.

将面团擀大，放入馅饼盘中。

[roʊl] [rɪ'meɪnɪŋ] [doʊ] [fɔːr; fər][tɑːp] [krʌst] ; [meɪk] [smɔːl] [slɪts][tuː; tə][let] [stiːm] [ɪ'skeɪp] ['dʊrɪŋ] ['beɪkɪŋ] .

Roll	**remaining**	**dough**	**for**	**top**	**crust**	**;**	**make**	**small**	**slits**	**to**	**let**	**steam**	**escape**	**during**	**baking**	**.**
卷	其余的	面团	为了	顶部	地壳	;	制作	小的	缝隙	到	让	蒸汽	逃脱	期间	烘烤	.

把剩下的面团擀成饼皮；在饼皮上划几个小口，以便烘烤时蒸汽逸出。

[pʊt] ['fɪlɪŋ] ['ɪntuː]['peɪstri] - [laɪnd][pæn][ænd; ənd][tɑːp][wɪð; wɪθ]['sekənd] [krʌst] .

Put	**filling**	**into**	**pastry**	**-**	**lined**	**pan**	**and**	**top**	**with**	**second**	**crust**	**.**
放	填充	进入	糕点	-	衬里	平底锅	和	顶部	和	第二	地壳	.

将馅料放入铺好酥皮的烤盘中，再盖上第二层酥皮。

[foʊld]['ɛdʒəz, 'ɛdʒɪz][ʌv; əv]['peɪstri]['ʌndər][ænd; ənd] [pres] [tə'geðər] ['fɜːrmli][tuː; tə] [siːl] .

Fold	**edges**	**of**	**pastry**	**under**	**and**	**press**	**together**	**firmly**	**to**	**seal**	**.**
折叠	边缘	的	糕点	在下面	和	按	一起	牢牢	到	海豹	.

将酥皮边缘向内折叠，并用力按压封口。

[beɪk] [æz; əz] [də'rektɪd] [ɪn] [paɪ] ['resəpi] .

Bake	**as**	**directed**	**in**	**pie**	**recipe**	**.**
烤	作为	指导	在	馅饼	食谱	.

按照派的食谱说明烘烤。

['æp(ə)l] [paɪ]

Apple	**pie**
苹果	馅饼

苹果派

[naɪn] - [ɪntʃ] [paɪ] , [sɪks] [tuː; tə] [eɪt] ['sɝːvɪŋz]

9	**-**	**inch**	**pie**	**,**	**6**	**to**	**8**	**servings**
9	-	英寸	馅饼	,	6	到	8	份量

9英寸馅饼，6至8人份

['peɪstri] [fɔːr; fər] [tuː] - [krʌst] [paɪ] ([piː] . -) [wʌn]

Pastry	**for**	**two**	**-**	**crust**	**pie**	**(**	**p**	**.**	**21**	**)**	**1**
糕点	为了	二	-	地壳	馅饼	(	p	.	-	)	1

双层馅饼皮（第21页）1

['ʃʊgər] ¾ [kʌp]

Sugar	**¾**	**cup**
糖	¾	杯子

糖 ¾ 杯

['kɔːrnstɑːrtʃ] [wʌn] ['teɪblspuːn]

Cornstarch	**1**	**tablespoon**
玉米淀粉	1	汤匙

玉米淀粉 1 汤匙

['sɪnəmən] ½ ['tiːspuːn]

Cinnamon	**½**	**teaspoon**
肉桂	½	茶匙

肉桂粉 ½ 茶匙

['æplz] , [tɑːrt] , [peəd] , [slaɪst] [sɪks] [kʌps]

Apples	**,**	**tart**	**,**	**pared**	**,**	**sliced**	**6**	**cups**
苹果	,	酸	,	精简	,	切片	6	杯子

酸苹果，去皮，切片，6 杯

[ˌpriːˈhiːt] ['ʌv(ə)n] [tuː; tə] 400°F .

Preheat	**oven**	**to**	**400°F**	**.**
预热	烤箱	到	400°F	.

将烤箱预热至华氏400度。

([hɑːt]) . -

(	**hot**	**)**	**.**	**22**
(	热的	)	.	-

（热门）22

[prɪˈper] ['peɪstri] .

Prepare	**pastry**	**.**
准备	糕点	.

准备糕点。

[mɪks] [draɪ] [ɪn'griːdiənts] ['laɪtli] [wɪð; wɪθ] ['æplz] [ɪn] [ə; eɪ] [boʊl] .

Mix	**dry**	**ingredients**	**lightly**	**with**	**apples**	**in**	**a**	**bowl**	**.**
混合	干燥	原料	轻轻	和	苹果	在	一个	碗	.

将干料与苹果轻轻混合在一个碗中。

[pʊt] ['fɪlɪŋ] ['ɪntuː] ['peɪstri] - [laɪnd] [naɪn] - [ɪntʃ] [pæn] .

Put	**filling**	**into**	**pastry**	**-**	**lined**	**9**	**-**	**inch**	**pan**	**.**
放	填充	进入	糕点	-	衬里	9	-	英寸	平底锅	.

将馅料放入铺好酥皮的9英寸烤盘中。

[tɑːp][wɪð; wɪθ]['sekənd] [krʌst] .

Top	with	second	crust	.
顶部	和	第二	地壳	.

上面盖上第二层饼皮。

[foʊld]['ɛdʒəz, 'ɛdʒɪz][ʌv; əv]['peɪstri]['ʌndər][ænd; ənd] [pres] [tə'geðər] ['fɜːrmli][tuː; tə] [siːl] .

Fold	edges	of	pastry	under	and	press	together	firmly	to	seal	.
折叠	边缘	的	糕点	在下面	和	按	一起	牢牢	到	海豹	.

将酥皮边缘向内折叠，并用力按压封口。

[beɪk] - [tuː; tə] - ['mɪnɪts] [ɔːr][ʌn'tɪl] ['fɪlɪŋ] [ɪz] ['bʌbli] [ænd; ənd] [krʌst] [ɪz] ['laɪtli] [braʊn] .

Bake	50	to	60	minutes	or	until	filling	is	bubbly	and	crust	is	lightly	browned	.
烤	-	到	-	分钟	或者	直到	填充	是	起泡酒	和	地壳	是	轻轻	棕色	.

烘烤 50 至 60 分钟，或直至馅料冒泡且饼皮呈浅棕色。

['æp(ə)l] ['tɜːnəʊvəz]

Apple	turnovers
苹果	失误

苹果馅饼

[sɪks] ['tɜːnəʊvəz]

6	turnovers
6	失误

6次失误

['peɪstri]

Pastry
糕点

糕点

['flaʊər] , ['ʌn'siftid] 1½ [kʌps]

Flour	,	unsifted	1½	cups
面粉	,	未经筛选的	1½	杯子

未过筛面粉 1.5 杯

[sɔːlt] ¾ ['tiːspuːn]

Salt	¾	teaspoon
盐	¾	茶匙

盐 ¾ 茶匙

['ʃɔːrtnɪŋ] ½ [kʌp]

Shortening	½	cup
缩短	½	杯子

起酥油 ½ 杯

[koʊld]['wɔːtər] [ə'baʊt] [θriː] ['teɪbəlˌspuːnz]

Cold	water	About	3	tablespoons
寒冷的	水	关于	3	汤匙

冷水约3汤匙

['bʌtər] [ɔːr]['mɑːrdʒərən][ˌtuː'tuː] ['teɪbəlˌspuːnz]

Butter	or	margarine	2	tablespoons
黄油	或者	人造黄油	2	汤匙

黄油或人造黄油 2 汤匙

['fɪlɪŋ]

Filling
填充

填充

['æplz] , [tɑːrt] , [peəd] , [slaɪst] 1½ [kʌps]

Apples	,	tart	,	pared	,	sliced	1½	cups
苹果	,	酸	,	精简	,	切片	1½	杯子

酸苹果，去皮，切片 1.5 杯

['ʃʊgər] ¼ [kʌp]
Sugar ¼ cup
糖 ¼ 杯

糖 ¼ 杯

[sɔ:lt] ⅛ ['ti:spu:n]
Salt ⅛ teaspoon
盐 ⅛ 茶匙

盐⅛茶匙

['sɪnəmən] ¼ ['ti:spu:n]
Cinnamon ¼ teaspoon
肉桂 ¼ 茶匙

肉桂粉 ¼ 茶匙

['nʌtmeg] ⅛ ['ti:spu:n]
Nutmeg ⅛ teaspoon
肉豆蔻 ⅛ 茶匙

肉豆蔻粉 ⅛ 茶匙

[mɪks]['flaʊər][ænd; ənd][sɔ:lt] ['θɜ:rəli] .
Mix flour and salt thoroughly .
混合 面粉 和 盐 彻底 .

面粉和盐充分混合。

[mɪks][ɪn] ['ʃɔ:rtnɪŋ] ['oʊnli][ʌn'tɪl]['mɪkstʃər][ɪz] ['krʌmbli] .
Mix in shortening only until mixture is crumbly .
混合 在 缩短 仅有的 直到 混合物 是 易碎的 .

加入起酥油，搅拌至混合物呈碎屑状即可。

[ə; eɪ]['peɪstri]['blendər] , [tu:] ['teɪbl] [naɪvz] , [ɔ:r][ə; eɪ][fɔ:rk] [meɪ] [bi:; bi] [ju:st] [fɔ:r; fər] ['mɪksɪŋ] .
A pastry blender , two table knives , or a fork may be used for mixing .
一个 糕点 混合器 , 二 桌子 刀具 , 或者 一个 叉 可能 是 用过的 为了 混合 .

可以使用糕点搅拌器、两把餐刀或叉子进行搅拌。

[ˌeɪ di: 'di:]['wɔ:tər] , [ə; eɪ]['lɪt(ə)l][æt; ət][ə; eɪ][taɪm] , ['mɪksɪŋ] ['laɪtli] .
Add water , a little at a time , mixing lightly .
添加 水 , 一个 小的 在 一个 时间 , 混合 轻轻 .

一点一点地加水，轻轻搅拌。

[doʊ] [ʃʊd; ʃəd][bi:; bi][dʒʌst] [mɔɪst] [ɪ'nʌf] [tu:; tə] [klɪŋ] [tə'geðər] [wen] [prest] .
Dough should be just moist enough to cling together when pressed .
面团 应该 是 只是 潮湿 足够的 到 黏着 一起 什么时候 按下 .

面团的湿润度应该刚好能让它在按压时能粘合在一起。

[ʃeɪp] [doʊ] ['ɪntu:][ə; eɪ][bɔ:l] .
Shape dough into a ball .
形状 面团 进入 一个 球 .

把面团揉成球状。

[roʊl][aʊt][ɑ:n][ə; eɪ] ['laɪtli] ['flaʊərd] ['sɜ:rfɪs] [ʌn'tɪl] [doʊ] [ɪz][ə'baʊt] - [baɪ] - [ɪntʃɪz] .
Roll out on a lightly floured surface until dough is about 12 by 12 inches .
卷 出去 在 一个 轻轻 撒了面粉 表面 直到 面团 是 关于 - 经过 - 英寸 .

在撒了少许面粉的案板上擀开面团，直到面团大小约为 12 英寸 x 12 英寸。

[dɑ:t][wɪð; wɪθ] ['bʌtər] [ɔ:r]['mɑ:rdʒərən] .
Dot with butter or margarine .
点 和 黄油 或者 人造黄油 .

点缀上黄油或人造黄油。

[foʊld]['peɪstri][soʊ][ðæt] [tu:] [saɪdz] [mi:t] [ɪn]['sentər] .
Fold pastry so that two sides meet in center .
折叠 糕点 所以 那 二 侧面 见面 在 中心 .

将面皮对折，使两边在中间重合。

[pres] ['foʊldɪd]['peɪstri][wɪð; wɪθ]['fɪŋgərz] .

Press	**folded**	**pastry**	**with**	**fingers**	**.**
按	折叠	糕点	和	手指	.

用手指按压折叠好的糕点。

[foʊld]['ɛndz][tuː; tə]['sentər][ænd; ənd] [pres] [wɪð; wɪθ]['fɪŋgərz] .

Fold	**ends**	**to**	**center**	**and**	**press**	**with**	**fingers**	**.**
折叠	结束	到	中心	和	按	和	手指	.

将两端向中心折叠，然后用手指按压。

[ræp] [ɪn] [wækst] ['peɪpər][ænd; ənd] [tʃɪl] .

Wrap	**in**	**waxed**	**paper**	**and**	**chill**	**.**
裹	在	打蜡	纸	和	寒意	.

用蜡纸包好，冷藏。

[dɪ'vaɪd] ['peɪstri]['ɪntuː][sɪks][bɔːlz] .

Divide	**pastry**	**into**	**six**	**balls**	**.**
划分	糕点	进入	六	球	.

将面团分成六个小球。

[roʊl] [iːtʃ] [bɔːl] [aʊt] [ɑːn][ə; eɪ] ['laɪtli] ['flaʊərd] ['sɜːrfɪs] [tuː; tə] [meɪk] [ə; eɪ][sɪks] - [ɪntʃ] [skwer] .

Roll	**each**	**ball**	**out**	**on**	**a**	**lightly**	**floured**	**surface**	**to**	**make**	**a**	**6**	**-**	**inch**	**square**	**.**
卷	每个	球	出去	在	一个	轻轻	撒了面粉	表面	到	制作	一个	6	-	英寸	正方形	.

将每个面团在撒了少许面粉的案板上擀成 6 英寸见方的正方形。

[ˌpriːˈhiːt] ['ʌv(ə)n][tuː; tə] 400°F .

Preheat	**oven**	**to**	**400°F**	**.**
预热	烤箱	到	400°F	.

将烤箱预热至华氏400度。

([hɑːt]) .

(	**hot**	**)**	**.**
(	热的	)	.

(热的)。

[pleɪs] [ə'baʊt] ¼ [kʌp] ['æplz] ['ɑːntə][hæf][ʌv; əv] [iːtʃ] ['peɪstri] [skwer] [ə'baʊt] ½ [ɪntʃ] [frʌm; frəm]

Place	**about**	**¼**	**cup**	**apples**	**onto**	**half**	**of**	**each**	**pastry**	**square**	**about**	**½**	**inch**	**from**
地方	关于	¼	杯子	苹果	到	一半	的	每个	糕点	正方形	关于	½	英寸	从

['ɛdʒəz, 'ɛdʒɪz][soʊ] [ðæt] [wen] [tɑːp][ɪz]['foʊldɪd]['oʊvər][ðə; ði]['tɜːrnoʊvər] [wɪl] [biː; bi][traɪ'æŋgjələr] .

edges	**so**	**that**	**when**	**top**	**is**	**folded**	**over**	**the**	**turnover**	**will**	**be**	**triangular**	**.**
边缘	所以	那	什么时候	顶部	是	折叠	超过	这	周转	将要	是	三角形	.

将约 1/4 杯苹果放在每个酥皮方块的一半上，距离边缘约 1/2 英寸，这样当顶部折叠起来时，馅饼就会是三角形的。

[mɪks] ['ʃʊgər] , [sɔːlt] , ['sɪnəmən] , [ænd; ənd] ['nʌtmeg] .

Mix	**sugar**	**,**	**salt**	**,**	**cinnamon**	**,**	**and**	**nutmeg**	**.**
混合	糖	,	盐	,	肉桂	,	和	肉豆蔻	.

将糖、盐、肉桂和肉豆蔻混合。

['sprɪŋk(ə)l] ['æplz] [wɪð; wɪθ] ['ʃʊgər] ['mɪkstʃər] .

Sprinkle	**apples**	**with**	**sugar**	**mixture**	**.**
撒	苹果	和	糖	混合物	.

在苹果上撒上糖粉混合物。

['mɔɪs(ə)n]['ɛdʒəz, 'ɛdʒɪz][ʌv; əv]['peɪstri] [skwer] .

Moisten	**edges**	**of**	**pastry**	**squares**	**.**
濡	边缘	的	糕点	正方形	.

将酥皮方块的边缘沾湿。

[foʊld]['peɪstri] [daɪ'ægənəli]['oʊvər]['æp(ə)l]['mɪkstʃər] .

Fold	**pastry**	**diagonally**	**over**	**apple**	**mixture**	**.**
折叠	糕点	对角线	超过	苹果	混合物	.

将酥皮斜向折叠，盖住苹果馅料。

[siːl] ['ɛdʒəz, 'ɛdʒɪz][wɪð; wɪθ][ə; eɪ][fɔːrk] .

Seal	**edges**	**with**	**a**	**fork**	**.**
海豹	边缘	和	一个	叉	.

用叉子压紧边缘。

[prɪk] [tɑːps][ʌv; əv] ['tɜːnəʊvəz] .

Prick	**tops**	**of**	**turnovers**	**.**
刺	最高额	的	失误	.

刺破失误的顶部。

[beɪk] [ʌn'tɪl] ['laɪtli] [braʊn] , [ə'baʊt] - [tuː; tə] - ['mɪnɪts] .

Bake	**until**	**lightly**	**browned**	**,**	**about**	**25**	**to**	**30**	**minutes**	**.**
烤	直到	轻轻	棕色	,	关于	-	到	-	分钟	.

烤至表面呈浅棕色，大约需要 25 至 30 分钟。

['dʒɪndʒərbred]

Gingerbread
姜饼

姜饼

[naɪn] ['sɝːvɪŋz]

9	**servings**
9	份量

9人份

['ʃɔːrtnɪŋ] ½ [kʌp]

Shortening	**½**	**cup**
缩短	½	杯子

起酥油 ½ 杯

[braʊn] ['ʃʊgər] , [pækt] ⅓ [kʌp]

Brown	**sugar**	**,**	**packed**	**⅓**	**cup**
棕色的	糖	,	包装	⅓	杯子

红糖，压实 ⅓ 杯

[eg] [wʌn]

Egg	**1**
蛋	1

鸡蛋 1

[laɪt] [mə'læsɪz] ½ [kʌp]

Light	**molasses**	**½**	**cup**
光	糖蜜	½	杯子

淡糖蜜 ½ 杯

['flaʊər] , ['ʌn'siftid] 1½ [kʌps]

Flour	**,**	**unsifted**	**1½**	**cups**
面粉	,	未经筛选的	1½	杯子

未过筛面粉 1.5 杯

[sɔːlt] ½ ['tiːspuːn]

Salt	**½**	**teaspoon**
盐	½	茶匙

盐 ½ 茶匙

['beɪkɪŋ] ['soʊdə] ¾ ['tiːspuːn]

Baking	**soda**	**¾**	**teaspoon**
烘烤	苏打	¾	茶匙

小苏打 ¾ 茶匙

['dʒɪndʒər] ½ ['tiːspuːn]

Ginger	**½**	**teaspoon**
姜	½	茶匙

姜 ½ 茶匙

['sɪnəmən] ½ ['tiːspuːn]
Cinnamon ½ teaspoon
肉桂 ½ 茶匙

肉桂粉 ½ 茶匙

['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtər] ½ [kʌp]
Boiling water ½ cup
沸腾 水 ½ 杯子

沸水 ½ 杯

[ˌpriː'hiːt] ['ʌv(ə)n][tuː; tə] 350°F .
Preheat oven to 350°F .
预热 烤箱 到 350°F .

将烤箱预热至350°F。

(['mɑːdərət]) .
(moderate) .
(缓和) .

(缓和)。

[griːs] [æn; ən][eɪt] - [baɪ][eɪt] - [baɪ][ˌtuː'tuː] - [ɪntʃ] ['beɪkɪŋ] [pæn] .
Grease an 8 - by 8 - by 2 - inch baking pan .
润滑脂 一个 8 - 经过 8 - 经过 2 - 英寸 烘烤 平底锅 .

在一个 8 英寸 x 8 英寸 x 2 英寸的烤盘上涂油。

[biːt] ['ʃɔːrtnɪŋ] [ænd; ənd] ['ʃʊgər] [ʌn'tɪl] ['kriːmi] .
Beat shortening and sugar until creamy .
打 缩短 和 糖 直到 奶油状 .

将起酥油和糖搅打至顺滑。

[ˌeɪ diː 'diː] [eg] [ænd; ənd] [mə'læsɪz] ; [biːt] [wel] .
Add egg and molasses ; beat well .
添加 蛋 和 糖蜜 ; 打 出色地 .

加入鸡蛋和糖蜜；搅拌均匀。

[mɪks][draɪ] [ɪn'griːdiənts] ['θɜːrəli] . -
Mix dry ingredients thoroughly . 23
混合 干燥 原料 彻底 . -

充分混合干性材料。23

[ˌeɪ diː 'diː][tuː; tə] [mə'læsɪz] ['mɪkstʃər] ['ɔːltərnətli] [wɪð; wɪθ] ['bɔɪlɪŋ] ['wɔːtər] .
Add to molasses mixture alternately with boiling water .
添加 到 糖蜜 混合物 交替 和 沸腾 水 .

将沸水与糖蜜混合物交替加入。

[biːt] ['æftər] [iːtʃ] [ə'dɪʃ(ə)n] .
Beat after each addition .
打 后 每个 添加 .

每次加入后都要搅拌。

[pɔːr] ['bætər] ['ɪntuː][pæn] .
Pour batter into pan .
倒 连击 进入 平底锅 .

将面糊倒入锅中。

[beɪk] - [tuː; tə] - ['mɪnɪts] .
Bake 35 to 40 minutes .
烤 - 到 - 分钟 .

烘烤35至40分钟。

[sɜːrv] [wɔːrm] .
Serve warm .
服务 温暖的 .

趁热食用。

['tʃi:zkeɪk]
Cheesecake
芝士蛋糕

芝士蛋糕

[naɪn] - [ɪntʃ] [keɪk] , - ['sɜ:vɪŋz]
9 - inch cake , 12 servings
9 - 英寸 蛋糕 , - 份量

9英寸蛋糕，12人份

['zwi:bæk] [krʌmz] [wʌn] [kʌp]
Zwieback crumbs 1 cup
兹维巴克 面包屑 1 杯子

烤面包屑 1 杯

['bʌtər] [ɔ:r] ['mɑ:rdʒərən] , [meltid] [ˌtu:'tu:] ['teɪbəlˌspu:nz]
Butter or margarine , melted 2 tablespoons
黄油 或者 人造黄油 , 融化 2 汤匙

融化的黄油或人造黄油 2 汤匙

['ʃʊgər] [ˌtu:'tu:] ['teɪbəlˌspu:nz]
Sugar 2 tablespoons
糖 2 汤匙

糖 2 汤匙

['sɪnəmən] ¼ ['ti:spu:n]
Cinnamon ¼ teaspoon
肉桂 ¼ 茶匙

肉桂粉 ¼ 茶匙

[kri:m] [tʃi:z] , ['sɔfənd] - ['aʊnsɪz]
Cream cheese , softened 16 ounces
奶油 奶酪 , 软化 - 盎司

软化的奶油奶酪 16 盎司

['ʃʊgər] ½ [kʌp]
Sugar ½ cup
糖 ½ 杯子

糖 ½ 杯

['flaʊər] [ˌtu:'tu:] ['teɪbəlˌspu:nz]
Flour 2 tablespoons
面粉 2 汤匙

面粉 2 汤匙

[sɔ:lt] ½ ['ti:spu:n]
Salt ½ teaspoon
盐 ½ 茶匙

盐 ½ 茶匙

['lemən] [raɪnd] , ['greɪtɪd] [wʌn] ['lemən]
Lemon rind , grated 1 lemon
柠檬 果皮 , 磨碎的 1 柠檬

柠檬皮屑 1 个柠檬

['lemən] [dʒu:s] [wʌn] ['lemən]
Lemon juice 1 lemon
柠檬 汁 1 柠檬

柠檬汁 1 个柠檬

[eg] [joʊk] [faɪv]
Egg yolks 5
蛋 蛋黄 5

蛋黄 5

['saʊər] [kriːm] [wʌn][kʌp]
Sour cream 1 cup
酸的 奶油 1 杯子

酸奶油 1 杯

[və'nɪlə] ½ ['tiːspuːn]
Vanilla ½ teaspoon
香草 ½ 茶匙

香草精 ½ 茶匙

[eg] [waɪts] [faɪv]
Egg whites 5
蛋 白人 5

蛋白 5

[mɪks] [krʌmz] , [meltid][fæt] , ['ʃʊgər] , [ænd; ənd] ['sɪnəmən] .
Mix crumbs , melted fat , sugar , and cinnamon .
混合 面包屑 , 融化 胖的 , 糖 , 和 肉桂 .

将面包屑、融化的油脂、糖和肉桂混合在一起。

[laɪn] ['bɑːtəm] [ʌv; əv][naɪn] - [ɪntʃ] [sprɪŋ] - [fɔːrm][pæn][wɪð; wɪθ] ¾ [kʌp] [krʌmz] , ['seɪvɪŋ] [rɪ'meɪnɪŋ]
Line bottom of 9 - inch spring - form pan with ¾ cup crumbs , saving remaining
线 底部 的 9 - 英寸 春天 - 形式 平底锅 和 ¾ 杯子 面包屑 , 保存 其余的
[krʌmz] [fɔːr; fər][tɑːp] .
crumbs for top .
面包屑 为了 顶部 .

在 9 英寸弹簧模具底部铺上 ¾ 杯面包屑，剩下的面包屑留作顶部使用。

[ˌpriː'hiːt] ['ʌv(ə)n][tuː; tə] 325°F .
Preheat oven to 325°F .
预热 烤箱 到 325°F .

将烤箱预热至325°F。

([sloʊ]) .
(slow) .
(慢的) .

(慢的)。

[biːt] [tʃiːz] [ʌn'tɪl] [sɔːft] .
Beat cheese until soft .
打 奶酪 直到 柔软的 .

将奶酪打发至软化。

[mɪks][ɪn] ['ʃʊgər] , ['flaʊər] , [ænd; ənd][sɔːlt] .
Mix in sugar , flour , and salt .
混合 在 糖 , 面粉 , 和 盐 .

加入糖、面粉和盐。

[stɜːr][ɪn]['lemən][raɪnd][ænd; ənd][dʒuːs] .
Stir in lemon rind and juice .
搅拌 在 柠檬 果皮 和 汁 .

拌入柠檬皮屑和柠檬汁。

[ˌeɪ diː 'diː] [joʊk] [wʌn][æt; ət][ə; eɪ][taɪm] , ['biːtɪŋ] ['æftər] [iːtʃ] [ə'dɪʃ(ə)n] .
Add yolks one at a time , beating after each addition .
添加 蛋黄 一 在 一个 时间 , 殴打 后 每个 添加 .

一次加入一个蛋黄，每次加入后都要搅拌均匀。

[ˌeɪ diː 'diː]['saʊər] [kriːm] [ænd; ənd] [və'nɪlə] .
Add sour cream and vanilla .
添加 酸的 奶油 和 香草 .

加入酸奶油和香草精。

[mɪks] [wel] .
Mix **well** **.**
混合 出色地 .

充分搅拌。

[biːt] [eg] [waɪts] [ʌn'tɪl] [stɪf] .
Beat **egg** **whites** **until** **stiff** **.**
打 蛋 白人 直到 僵硬的 .

蛋白打发至硬性发泡。

[foʊld] [eg] [waɪts] ['ɪntuː] [tʃiːz] ['mɪkstʃər] .
Fold **egg** **whites** **into** **cheese** **mixture** **.**
折叠 蛋 白人 进入 奶酪 混合物 .

将蛋白拌入奶酪混合物中。

[pɔːr] ['mɪkstʃər]['ɪntuː][pæn] .
Pour **mixture** **into** **pan** **.**
倒 混合物 进入 平底锅 .

将混合物倒入锅中。

['kʌvər] [wɪð; wɪθ] [rɪ'meɪnɪŋ] [krʌmz] .
Cover **with** **remaining** **crumbs** **.**
覆盖 和 其余的 面包屑 .

用剩余的面包屑盖住。

[beɪk] [wʌn]['aʊər][ɔːr][ʌn'tɪl] [set] .
Bake **1** **hour** **or** **until** **set** **.**
烤 1 小时 或者 直到 放 .

烘烤1小时或直至凝固。

[kuːl] [ɑːn] [keɪk] [ræk] .
Cool **on** **cake** **rack** **.**
凉爽的 在 蛋糕 架子 .

放在蛋糕架上冷却。

[rɪ'frɪdʒəreɪt] .
Refrigerate **.**
冷藏 .

冷藏。

[spʌndʒ] [keɪk] [roʊl]
Sponge **cake** **roll**
海绵 蛋糕 卷

海绵蛋糕卷

[eɪt] ['sɜ˞ːvɪŋz]
8 **servings**
8 份量

8人份

[keɪk] ['flaʊər] , ['ʌn'siftid] [wʌn][kʌp]
Cake **flour** **,** **unsifted** **1** **cup**
蛋糕 面粉 , 未经筛选的 1 杯子

蛋糕粉（未过筛）1杯

[ɔːr]
or
或者

或者

[ɔːl] - ['pɜːrpəs] ['flaʊər] , ['ʌn'siftid] [wʌn][kʌp] [les] [ˌtuː'tuː] ['teɪbəlˌspuːnz]
All **-** **purpose** **flour** **,** **unsifted** **1** **cup** **less** **2** **tablespoons**
全部 - 目的 面粉 , 未经筛选的 1 杯子 较少的 2 汤匙

普通面粉（未过筛）1杯减2汤匙

['beɪkɪŋ] ['paʊdər] [wʌn] ['tiːspuːn]
Baking **powder** **1** **teaspoon**
烘烤 粉末 1 茶匙

泡打粉 1 茶匙

[sɔːlt] ¼ ['tiːspuːn]
Salt **¼** **teaspoon**
盐 ¼ 茶匙

盐 ¼ 茶匙

[egz] [θriː]
Eggs **3**
鸡蛋 3

鸡蛋 3

['ʃʊgər] [wʌn] [kʌp]
Sugar **1** **cup**
糖 1 杯子

糖 1 杯

['wɔːtər] ⅓ [kʌp]
Water **⅓** **cup**
水 ⅓ 杯子

水 ⅓ 杯

[və'nɪlə] [wʌn] ['tiːspuːn]
Vanilla **1** **teaspoon**
香草 1 茶匙

香草精 1 茶匙

[kən'fɛkʃənərz] ['ʃʊgər] ¼ [kʌp]
Confectioner's **sugar** **¼** **cup**
糖果商 糖 ¼ 杯子

糖粉 ¼ 杯

['fɪlɪŋ] [æz; əz] [dɪ'zaɪrd]
Filling **As** **desired**
填充 作为 想要的

按需填充

[ˌpriː'hiːt] ['ʌv(ə)n] [tuː; tə] 375°F .
Preheat **oven** **to** **375°F** **.**
预热 烤箱 到 375°F .

将烤箱预热至375°F。

(['mɑːdərət]) .
(**moderate** **)** **.**
(缓和) .

(缓和)。

[laɪn] [ə; eɪ] - - [baɪ] - - [baɪ] [wʌn] - [ɪntʃ] [pæn] [wɪð; wɪθ] [fɔɪl] [ɔːr] ['hevi] ['peɪpər] ; [griːs] .
Line **a** **15** **-** **by** **10** **-** **by** **1** **-** **inch** **pan** **with** **foil** **or** **heavy** **paper** **;** **grease** **.**
线 一个 - - 经过 - - 经过 1 - 英寸 平底锅 和 挫败 或者 重的 纸 ; 润滑脂 .

在 15 英寸 x 10 英寸 x 1 英寸的烤盘内铺上锡箔纸或厚纸；涂上油脂。

[mɪks] ['flaʊər] , ['beɪkɪŋ] ['paʊdər] , [ænd; ənd] [sɔːlt] ['θɜːrəli] .
Mix **flour** **,** **baking** **powder** **,** **and** **salt** **thoroughly** **.**
混合 面粉 , 烘烤 粉末 , 和 盐 彻底 .

面粉、泡打粉和盐充分混合。

[biːt] [egz] [ə'baʊt] [faɪv] ['mɪnɪts] [ʌn'tɪl] [θɪk] [ænd; ənd] ['lemən] ['kʌlərd] [ænd; ənd] ['hevi] [piːks] [klɪŋ]

Beat	**eggs**	**about**	**5**	**minutes**	**until**	**thick**	**and**	**lemon**	**colored**	**and**	**heavy**	**peaks**	**cling**
打	鸡蛋	关于	5	分钟	直到	厚的	和	柠檬	有色	和	重的	高峰	黏着

[tuː; tə] ['lɪftɪd] ['biːtər] .

to	**lifted**	**beater**	**.**
到	抬起	击打者	.

用打蛋器打鸡蛋约 5 分钟，直到鸡蛋变得浓稠呈柠檬色，提起打蛋器时能形成厚重的尖峰。

[biːt] [ɪn] ['ʃʊgər] [wʌn] ['teɪblspuːn] [æt; ət] [ə; eɪ] [taɪm] .

Beat	**in**	**sugar**	**1**	**tablespoon**	**at**	**a**	**time**	**.**
打	在	糖	1	汤匙	在	一个	时间	.

每次加入1汤匙糖，搅拌均匀。

['sloʊli] [mɪks] [ɪn] [ðə; ði] ['wɔːtər] [ænd; ənd] [və'nɪlə] .

Slowly	**mix**	**in**	**the**	**water**	**and**	**vanilla**	**.**
缓慢地	混合	在	这	水	和	香草	.

慢慢倒入水和香草精。

['dʒentli] [mɪks] [ɔːr] [foʊld] [ɪn] [draɪ] [ɪn'griːdiənts] ['oʊnli] [ʌn'tɪl] ['bætər] [ɪz] [smuːð] .

Gently	**mix**	**or**	**fold**	**in**	**dry**	**ingredients**	**only**	**until**	**batter**	**is**	**smooth**	**.**
轻轻地	混合	或者	折叠	在	干燥	原料	仅有的	直到	连击	是	光滑的	.

轻轻搅拌或翻拌干料，直到面糊光滑即可。

[pɔːr] ['ɪntuː] [pæn] .

Pour	**into**	**pan**	**.**
倒	进入	平底锅	.

倒入锅中。

[beɪk] - [tuː; tə] - ['mɪnɪts] , [dʒʌst] [ʌn'tɪl] ['sentər] [ɪz] [fɜːrm] [wen] ['laɪtli] [tʌtʃt] .

Bake	**12**	**to**	**15**	**minutes**	**,**	**just**	**until**	**center**	**is**	**firm**	**when**	**lightly**	**touched**	**.**
烤	-	到	-	分钟	,	只是	直到	中心	是	公司	什么时候	轻轻	感动	.

烘烤 12 至 15 分钟，直至中心用手指轻轻按压时感觉结实即可。

[pleɪs] [ə; eɪ] [ʃiːt] [ʌv; əv] [fɔɪl] [ɔːr] [wækst] ['peɪpər] [ɑːn] [ə; eɪ] [ræk] ;

Place	**a**	**sheet**	**of**	**foil**	**or**	**waxed**	**paper**	**on**	**a**	**rack**	**;**
地方	一个	床单	的	挫败	或者	打蜡	纸	在	一个	架子	;

将一张锡箔纸或蜡纸放在架子上；

['sprɪŋk(ə)l] [wɪð; wɪθ] [ə'baʊt] [θriː] - [fɔːθs] [ʌv; əv] [ðə; ði] [kən'fɛkʃənərz] ['ʃʊgər] .

sprinkle	**with**	**about**	**three**	**-**	**fourths**	**of**	**the**	**confectioner's**	**sugar**	**.**
撒	和	关于	三	-	第四部分	的	这	糖果商	糖	.

撒上约四分之三的糖粉。

[tɜːrn] [keɪk] ['ɑːntə] [fɔɪl] [ɔːr] ['peɪpər] .

Turn	**cake**	**onto**	**foil**	**or**	**paper**	**.**
转动	蛋糕	到	挫败	或者	纸	.

将蛋糕倒扣在锡纸或烘焙纸上。

[piːl] [fɔɪl] [ɔːr] ['peɪpər] [frʌm; frəm] [keɪk] [ænd; ənd] ['kwɪkli] [trɪm] [ə'weɪ] ['eni] ['krʌsti] ['ɛdʒəz, 'ɛdʒɪz] .

Peel	**foil**	**or**	**paper**	**from**	**cake**	**and**	**quickly**	**trim**	**away**	**any**	**crusty**	**edges**	**.**
果皮	挫败	或者	纸	从	蛋糕	和	迅速地	修剪	离开	任何	硬皮的	边缘	.

将蛋糕上的锡纸或烘焙纸撕掉，然后迅速修剪掉任何硬皮边缘。

[kuːl] [ɑːn] [ræk] .

Cool	**on**	**rack**	**.**
凉爽的	在	架子	.

放在架子上冷却。

[spred] [keɪk] [wɪð; wɪθ] [ə; eɪ] ['fɪlɪŋ] , [æz; əz] [dɪ'zaɪrd] ([siː] [noʊt]) .

Spread	**cake**	**with**	**a**	**filling**	**,**	**as**	**desired**	**(**	**See**	**note**	**)**	**.**
传播	蛋糕	和	一个	填充	,	作为	想要的	(	看	笔记	)	.

根据个人喜好，在蛋糕上涂抹馅料（见注释）。

[ˈstaːtiŋ] [wɪð; wɪθ][ðə; ði] [ˈnæroʊ] [edʒ] , [roʊl] [keɪk] .
Starting with the narrow edge , roll cake .
开始 和 这 狭窄的 边缘 , 卷 蛋糕 .

从窄边开始卷蛋糕。

[pleɪs] [siːm] [daʊn] .
Place seam down .
地方 接缝 向下 .

将缝份朝下放置。

[sɪft] [rɪˈmeɪnɪŋ] [kənˈfɛkʃənərz] [ˈʃʊgər] [ˈoʊvər][tɑːp] . -
Sift remaining confectioner's sugar over top . 24
筛 其余的 糖果商 糖 超过 顶部 . -

将剩余的糖粉筛在表面。24

[noʊt] :
NOTE :
笔记 :

笔记:

[fɔːr; fər][ðə; ði] [ˈfɪlɪŋ] , [juːz][ˈdʒeli][ɔːr][dʒæm] .
For the filling , use jelly or jam .
为了 这 填充 , 使用 果冻 或者 果酱 .

馅料可以用果冻或果酱。

[ɔːr][juːz] [wɪpt] [dɪˈzɜːrt] [ˈtɑːpɪŋ] [ɔːr] [ˈsweitənd] , [ˈfleɪvər] [wɪpt] [kriːm] [əˈloʊn][ɔːr][wɪð; wɪθ]
Or use whipped dessert topping or sweetened , flavored whipped cream alone or with
或者 使用 鞭打 甜点 配料 或者 加糖 , 调味 鞭打 奶油 独自的 或者 和
[freʃ] [ˈbluːberiz] [ɔːr] [slaɪst] ,
fresh blueberries or sliced ,
新鲜的 蓝莓 或者 切片 ,

或者单独使用打发的甜点酱或加糖调味的鲜奶油，或者搭配新鲜蓝莓或切片蓝莓。

[ˈsweitənd] [ˈstrɔːberɪz] ([wel] [dreɪnd]) .
sweetened strawberries (well drained) .
加糖 草莓 (出色地 排水) .

甜草莓（沥干水分）。

[ɔːr] [fɪl] [ə; eɪ] [tʃɪld] [roʊl][wɪð; wɪθ] [ˈslaɪtli] [ˈsɔfənd] [aɪs] [kriːm] [ænd; ənd] [pleɪs] [ɪn] [ˈfriːzər] [ʌnˈtɪl] [juːst]
Or fill a chilled roll with slightly softened ice cream and place in freezer until used
或者 充满 一个 冷藏 卷 和 轻微地 软化 冰 奶油 和 地方 在 冰箱 直到 用过的
.
:
.

或者将冷藏过的面包卷填入稍微软化的冰淇淋，然后放入冰箱冷冻至使用。

[ˈjeloʊ] [ʃɪˈfɑːn] [keɪk]
Yellow chiffon cake
黄色的 薄纱 蛋糕

黄色戚风蛋糕

- - [ɪntʃ] [keɪk] , - [ˈsɜ˞ːvɪŋz]
10 - inch cake , 15 servings
- - 英寸 蛋糕 , - 份量

10英寸蛋糕，15人份

[ɔɪl] ½ [kʌp]
Oil ½ cup
油 ½ 杯子

油 ½ 杯

[eg] [joʊk] [fɔːr]
Egg yolks 4
蛋 蛋黄 4

蛋黄 4 个

['wɔːtər] ¾ [kʌp]
Water ¾ cup
水 ¾ 杯子

水 ¾ 杯

[və'nɪlə] 1½ ['tiːspuːn]
Vanilla 1½ teaspoons
香草 1½ 茶匙

香草精 1½ 茶匙

[keɪk] ['flaʊər] , ['ʌn'siftid] [ˌtuː'tuː] [kʌps]
Cake flour , unsifted 2 cups
蛋糕 面粉 , 未经筛选的 2 杯子

蛋糕粉（未过筛）2杯

['ʃʊgər] 1½ [kʌps]
Sugar 1½ cups
糖 1½ 杯子

糖 1.5 杯

['beɪkɪŋ] ['paʊdər] 2½ ['tiːspuːn]
Baking powder 2½ teaspoons
烘烤 粉末 2½ 茶匙

泡打粉 2½ 茶匙

[sɔːlt][wʌn] ['tiːspuːn]
Salt 1 teaspoon
盐 1 茶匙

盐 1 茶匙

[eg] [waɪts] [fɔːr]
Egg whites 4
蛋 白人 4

蛋白 4

[kriːm] [ʌv; əv]['tɑːrtər] ½ ['tiːspuːn]
Cream of tartar ½ teaspoon
奶油 的 鞑靼 ½ 茶匙

塔塔粉 ½ 茶匙

[ˌpriː'hiːt] ['ʌv(ə)n][tuː; tə] 350°F .
Preheat oven to 350°F .
预热 烤箱 到 350°F .

将烤箱预热至350°F。

(['mɑːdərət]) .
(moderate) .
(缓和) .

(缓和)。

[pleɪs] [ɔɪl] , [ʌn'biːtn] [eg] [joʊk] , ['wɔːtər] , [ænd; ənd] [və'nɪlə] [ɪn] ['mɪksɪŋ] [boʊl] , [ænd; ənd][mɪks] [wel] .
Place oil , unbeaten egg yolks , water , and vanilla in mixing bowl , and mix well .
地方 油 , 不败 蛋 蛋黄 , 水 , 和 香草 在 混合 碗 , 和 混合 出色地 .

将油、未打发的蛋黄、水和香草精放入搅拌碗中，搅拌均匀。

[mɪks][draɪ] [ɪn'griːdiənts] ['θɜːrəli] [ænd; ənd][ˌeɪ diː 'diː][tuː; tə]['lɪkwɪd]['mɪkstʃər] .
Mix dry ingredients thoroughly and add to liquid mixture .
混合 干燥 原料 彻底 和 添加 到 液体 混合物 .

充分混合干料，然后加入液体混合物中。

[biːt] [ʌnˈtɪl] [smuːð] .
Beat **until** **smooth** **.**
打 直到 光滑的 .

搅拌至顺滑。

[pɔːr] [eg] [waɪts] [ˈɪntuː][lɑːrdʒ][ˈmɪksɪŋ] [boʊl] .
Pour **egg** **whites** **into** **large** **mixing** **bowl** **.**
倒 蛋 白人 进入 大的 混合 碗 .

将蛋清倒入一个大搅拌碗中。

[ˌeɪ diː ˈdiː] [kriːm] [ʌv; əv][ˈtɑːrtər] .
Add **cream** **of** **tartar** **.**
添加 奶油 的 鞑靼 .

加入塔塔粉。

[biːt] [ʌnˈtɪl] [ˈveri] [stɪf] [piːks] [ɑːr; ər] [fɔːrmd] .
Beat **until** **very** **stiff** **peaks** **are** **formed** **.**
打 直到 非常 僵硬的 高峰 是 形成 .

搅拌至形成非常硬挺的尖峰。

[foʊld] [eg] [joʊk] [ˈmɪkstʃər] [ˈdʒentli] [ˈɪntuː] [eg] [waɪt] [ˈmɪkstʃər] .
Fold **egg** **yolk** **mixture** **gently** **into** **egg** **white** **mixture** **.**
折叠 蛋 蛋黄 混合物 轻轻地 进入 蛋 白色的 混合物 .

将蛋黄混合物轻轻拌入蛋白混合物中。

[pɔːr] [ˈbætər] [ɪˈmiːdiətli] [ˈɪntuː][æn; ən] [ʌnˈgriːst] - - [ɪntʃ] [tuːb] [pæn] .
Pour **batter** **immediately** **into** **an** **ungreased** **10** **-** **inch** **tube** **pan** **.**
倒 连击 立即地 进入 一个 未涂油的 - - 英寸 管子 平底锅 .

立即将面糊倒入未涂油的 10 英寸中空模具中。

[beɪk] [əˈbaʊt] 1¼ [ˈaʊərz] , [ɔːr] [ʌnˈtɪl] [tɑːp][ɪz] [ˈsprɪŋi] [tuː; tə] [tʌtʃ] .
Bake **about** **1¼** **hours** **,** **or** **until** **top** **is** **springy** **to** **touch** **.**
烤 关于 1¼ 小时 , 或者 直到 顶部 是 有弹性的 到 触碰 .

烘烤约 1¼ 小时，或直至表面按压有弹性。

[ɪnˈvɜːrt] [keɪk] [ɪn][pæn] [ʌnˈtɪl] [kuːl] .
Invert **cake** **in** **pan** **until** **cool** **.**
倒置 蛋糕 在 平底锅 直到 凉爽的 .

将蛋糕倒扣在烤盘中，待其冷却。

[sɜːrv] [pleɪn] [ɔːr] [ˈtɑːpt] [wɪð; wɪθ] [ə; eɪ] [ˈlemən] [ɔːr] [ˈtʃɔːklət] [gleɪz] .
Serve **plain** **or** **topped** **with** **a** **lemon** **or** **chocolate** **glaze** **.**
服务 清楚的 或者 顶峰 和 一个 柠檬 或者 巧克力 釉 .

可直接食用，也可淋上柠檬汁或巧克力酱。

[juː] . [es] . [ˈgʌvərnmənt] [ˈprɪntɪŋ] [ˈɑːfɪs] : - [oʊ] — - - -
U **.** **S** **.** **GOVERNMENT** **PRINTING** **OFFICE** **:** **1979** **O** **—** **292** **-** **694**
U . S . 政府 印刷 办公室 : - 哦 — - - -

美国政府印刷局：1979 O—292-694

[-] [noʊts]
Transcriber's **Notes**
转录员的 笔记

转录者注释

[ˈsaɪləntli] [kəˈrektɪd] [ə; eɪ] [fjuː] [ˈtaipəus] .
Silently **corrected** **a** **few** **typos** **.**
默默 已更正 一个 很少 拼写错误 .

默默地改正了几处拼写错误。

[riˈteind]	[ˌpʌblɪˈkeɪʃ(ə)n]	[ˌɪnfərˈmeɪʃ(ə)n]	[frʌm; frəm]	[ðə; ði]	[ˈprɪntɪd]	[ɪˈdɪʃn]	:	[ðɪs]	[ˈiːbʊk]	[ɪz]	[ˈpʌblɪk]	-
Retained	**publication**	**information**	**from**	**the**	**printed**	**edition**	**:**	**this**	**eBook**	**is**	**public**	**-**
保留	发布	信息	从	这	打印	版	:	这	电子书	是	民众	-

[doʊˈmeɪn]	[ɪn]	[ðə; ði]	[ˈkʌntri]	[ʌv; əv]	[ˌpʌblɪˈkeɪʃ(ə)n]	.
domain	**in**	**the**	**country**	**of**	**publication**	**.**
领域	在	这	国家	的	发布	.

保留了印刷版中的出版信息：本电子书在出版国属于公共领域。

[ɪn]	[ðə; ði]	[tekst]	[ˈvɜːrʒ(ə)nz]	[ˈoʊnli]	,	[tekst]	[ɪn]	[ɪˈtælɪks]	[ɪz]	[di'limitid]	[baɪ]	_	[ˌʌndəˈskɔːz]	_	.
In	**the**	**text**	**versions**	**only**	**,**	**text**	**in**	**italics**	**is**	**delimited**	**by**	**_**	**underscores**	**_**	**.**
在	这	文本	版本	仅有的	,	文本	在	斜体	是	分隔符	经过	_	下划线	_	.

仅在文本版本中，斜体文本用下划线分隔。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

听书破万卷
开口如有神